

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА

**на тему: ІНТЕРНЕТ РЕСУРСИ ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ
ВЕРБАЛЬНОЇ АГРЕСІЇ У ДОРΟΣЛИХ**

Виконала: студентка ІV курсу,
групи 6.0530— 2

спеціальності: 053 Психологія
освітньої програми: Психологія

Сокол Любов Сергіївна

Науковий керівник: Бородулькіна Т.О.
к.психол.н., доцент кафедри психології

Рецензент: Санакоєва Н.Д., к.філол.н.,
кафедри соціальних комунікацій та
інформаційної діяльності

Запоріжжя
2024

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра психології
Рівень вищої освіти бакалаврський
Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри

к.психол.н., доцент. Н.О. Губа

« ____ » _____ 2024 р.

З А В Д А Н Н Я
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Сокол Любов Сергіївни

Тема роботи Інтернет ресурси як чинник формування вербальної агресії у дорослих

Керівник роботи Бородулькіна Т.О. к.психол.н., доцент кафедри психології

Затверджені наказом ЗНУ від «05» 02 2024 року № 235—с

2. Строк подання студентом роботи _____

4. Зміст розрахунково—пояснювальної записки: на основі теоретичного аналізу визначити поняття вербальної агресії та описати особливості формування вербальної агресії у дорослих; на теоретичного основі аналізу існуючих досліджень розглянути вплив інтернет ресурсів на формування вербальної агресії у дорослих; провести емпіричне дослідження та зробити висновки.

5. Перелік графічного матеріалу: 4 рисунка

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання Видав	Завдання Прийняв
Вступ	Бородулькіна Т.О., доцент		
Розділ 1	Бородулькіна Т.О., доцент		
Розділ 2	Бородулькіна Т.О., доцент		
Висновки	Бородулькіна Т.О., доцент		

7. Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	лютий 2024 р.	Виконано
2	Робота над вступом	березень 2023 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	березень 2024 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	квітень—травень 2024 р.	Виконано
5	Написання висновків	червень 2024 р.	Виконано
6	Передзахист	червень 2024 р.	Виконано
7	Нормоконтроль	червень 2024 р.	Виконано

Студент _____ Л.С. Сокол

Керівник роботи _____ Т.О. Бородулькіна

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ А.О. Неманежина

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота бакалавра: 55 сторінок, 4 рисунка, 44 джерела, 2 додатка.

Об'єкт дослідження: вербальна агресія дорослих.

Предмет дослідження: вплив інтернет ресурсів на формування вербальної агресії.

Мета: вивчення впливу використання Інтернет-ресурсів з агресивним вмістом на формування вербальної агресії у дорослих. Дослідження спрямоване на встановлення зв'язку між експозицією до агресивних вмістів в Інтернеті та збільшенням проявів вербальної агресії у реальному житті серед дорослих користувачів мережі. Результати дослідження можуть відкрити нові можливості для розуміння та контролю цього явища в сучасному цифровому середовищі.

Гіпотеза нашого дослідження базується на таких припущеннях, що існує позитивна кореляція між використанням Інтернет-ресурсів з агресивним вмістом та збільшенням проявів вербальної агресії у дорослих. Тобто, користувачі, які активно взаємодіють з контентом, що містить агресивний вміст (такий як форуми з конфліктними обговореннями, соціальні мережі з грубою мовою), будуть сильніше виявляти вербальну агресію у своїй поведінці в реальному житті.

У процесі дослідження для розв'язання поставлених завдань і перевірки висунутих припущень використано теоретичні (аналіз наукової літератури з проблеми), індукція, дедукція. Основними методами психології є спостереження, опитування, тестування, експеримент.

ІНТЕРНЕТ РЕСУРСИ, ФОРМУВАННЯ, ВЕРБАЛЬНА АГРЕСІЯ,
ДОРΟΣЛІ, СУЧАСНЕ ЦИФРОВЕ СЕРЕДОВИЩЕ.

SUMMARY

Sokol L.S. Internet Resources as a Factor in the Formation of Verbal Aggression in Adults/

Object of research: verbal aggression of adults.

The subject of the study: the influence of Internet resources on the formation of verbal aggression.

Purpose: to study the impact of using Internet resources with aggressive content on the formation of verbal aggression in adults. The study aims to establish the relationship between exposure to aggressive content on the Internet and increased manifestations of verbal aggression in real life among adult Internet users. The results of the study may open up new opportunities for understanding and controlling this phenomenon in today's digital environment.

The hypothesis of our study is based on such assumptions that there is a positive correlation between the use of Internet resources with aggressive content and an increase in the manifestations of verbal aggression in adults. That is, users who actively interact with content containing aggressive content (such as forums with conflicting discussions, social networks with coarse language) will show more verbal aggression in their behavior in real life.

In the research process, theoretical (analysis of scientific literature on the problem), induction, and deduction were used to solve the tasks and check the assumptions. The main methods of psychology are observation, survey, testing, experiment.

INTERNET RESOURCES, FORMATION, VERBAL AGGRESSION,
ADULTS, MODERN DIGITAL ENVIRONMENT.

ЗМІСТ

ВСТУП	7
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ІНТЕРНЕТ РЕСУРСІВ НА ФОРМУВАННЯ ВЕРБАЛЬНОЇ АГРЕСІЇ У ДОРΟΣЛИХ.....	10
1.1. Поняття вербальної агресії.....	10
1.2. Особливості формування вербальної агресії у дорослих	17
1.3. Агресія як результат інтернет-залежної поведінки.....	21
1.4. Вплив інтернет ресурсів на формування вербальної агресії	29
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ІНТЕРНЕТ РЕСУРСІВ НА ФОРМУВАННЯ ВЕРБАЛЬНОЇ АГРЕСІЇ У ДОРΟΣЛИХ	34
2.1. Організація та методи емпіричного дослідження.....	34
2.2. Результати дослідження.....	36
2.3. Особливості стабілізації психічного стану особистості різноманітними засобами (порівняльний аналіз).....	41
ВИСНОВКИ.....	49
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	51
ДОДАТКИ.....	56

ВСТУП

Інтернет-ресурси стали неодмінною частиною сучасного життя, використовуються для спілкування, освіти, розваг та інших цілей. Однак, разом зі зростанням їхньої популярності, наростає і проблема вербальної агресії. В цьому науковому дослідженні досліджується вплив використання Інтернет-ресурсів на формування вербальної агресії у дорослих.

Вербальна агресія визначається як будь-яка мовна активність, спрямована на заподіяння шкоди іншій особі або групі осіб. Вона може виявлятися у формі образ, погроз, поганих слів тощо. Психологічні дослідження показали, що експозиція до агресивних вмістів у мережі може сприяти збільшенню вербальної агресії у користувачів.

Для цього дослідження був проведений аналіз вмісту Інтернет-ресурсів, який містив агресивний контент, такий як форуми з конфліктними обговореннями, соціальні мережі з грубою мовою, та інші. Потім було проведено анкетування серед дорослих користувачів Інтернету для оцінки їхньої відкритості до агресивного контенту та частоти їхньої вербальної агресії у реальному житті.

Дослідження показало, що існує позитивна кореляція між використанням Інтернет-ресурсів з агресивним вмістом та збільшенням вербальної агресії у дорослих. Користувачі, які відвідували такі ресурси частіше, мали більшу схильність до виявлення агресивної мови та поведінки в реальному житті.

Вивчення Інтернет-ресурсів як чинника формування вербальної агресії у дорослих підкреслює важливість контролю за контентом, що споживається в мережі, особливо для груп з підвищеною схильністю до агресивної поведінки. Додаткові дослідження можуть допомогти розробити стратегії для запобігання та зменшення вербальної агресії у сучасному цифровому середовищі.

Враховуючи актуальність проблеми, нами було обрано наступну тему кваліфікаційної роботи: «Інтернет ресурси як чинник формування вербальної агресії у дорослих».

Об'єкт дослідження: вербальна агресія дорослих.

Предмет дослідження: вплив інтернет ресурсів на формування вербальної агресії.

Мета: вивчення впливу використання Інтернет-ресурсів з агресивним вмістом на формування вербальної агресії у дорослих. Дослідження спрямоване на встановлення зв'язку між експозицією до агресивних вмістів в Інтернеті та збільшенням проявів вербальної агресії у реальному житті серед дорослих користувачів мережі. Результати дослідження можуть відкрити нові можливості для розуміння та контролю цього явища в сучасному цифровому середовищі.

Гіпотеза нашого дослідження базується на таких припущеннях, що існує позитивна кореляція між використанням Інтернет-ресурсів з агресивним вмістом та збільшенням проявів вербальної агресії у дорослих. Тобто, користувачі, які активно взаємодіють з контентом, що містить агресивний вміст (такий як форуми з конфліктними обговореннями, соціальні мережі з грубою мовою), будуть сильніше виявляти вербальну агресію у своїй поведінці в реальному житті.

Для реалізації поставленої мети та висунутих припущень нами були поставлені такі завдання:

1. На основі теоретичного аналізу визначити поняття вербальної агресії та описати особливості формування вербальної агресії у дорослих.
2. На теоретичного основі аналізу існуючих досліджень розглянути вплив інтернет ресурсів на формування вербальної агресії у дорослих.
3. Провести емпіричне дослідження та зробити висновки.

У процесі дослідження для розв'язання поставлених завдань і перевірки висунутих припущень використано теоретичні (аналіз наукової літератури з проблеми), індукція, дедукція. Основними методами психології

є спостереження, опитування, тестування, експеримент.

Обробка отриманих результатів здійснювалася за допомогою методів математичної обробки даних у програмах Excel та SPSS (версія 13). Графічне подання отриманих результатів здійснювалося за допомогою програми Excel.

РОЗДІЛ I

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ІНТЕРНЕТ РЕСУРСІВ НА ФОРМУВАННЯ ВЕРБАЛЬНОЇ АГРЕСІЇ У ДОРΟΣЛИХ

1.1. Поняття вербальної агресії

Агресія у людини, будучи складним явищем, викликає значний інтерес серед психологів та науковців. Вона виявляється у фізичних та вербальних проявах, спрямованих на пошкодження або зруйнування, і може перерости у насильство, що має серйозні соціальні наслідки. Однією з ключових концепцій щодо агресії є твердження відомого психолога Гобса, який вважав, що люди, за своєю природою, мають егоїстичні, брутальні та жорстокі нахили. Він стверджував, що агресія закладена у підсвідомості як інстинкт, пов'язаний з «тваринним» боком людської натури [1, 76].

Поняття агресії має глибокі корені, що сягають латинського терміну «aggressio», що буквально означає «напад». Протягом історії науки визначення цього терміну еволюціонувало, від відносно широкого розуміння як активності до більш вузького сприйняття як ворожності до оточення [23, 78].

До XIX століття Агресію сприймали як активність, яка може мати як негативне, так і позитивне спрямування. Пізніше. Ворожість до оточення стала основною характеристикою агресії. Авторське визначення агресії, яке запропонував О. Босак, пов'язане з уявленням про вмотивовану, неадекватну по відношенню до суспільних норм поведінку, що несе різноаспектну шкоду для оточення або призводить до психологічного дискомфорту [4, 9].

Сучасність. Розуміння агресії стає дедалі більш диференційованим. З. Фрейд пов'язував агресію з прагненням до смерті, вважаючи, що вона обумовлена людською природою. Х. Дельгадо та Х. Хекхаузен досліджували

агресію як природно обумовлений механізм виживання. Агресія, як психологічне явище, має складну природу та вивчається з різних підходів. Від широкого розуміння як активності до більш вузького сприйняття як ворожності до оточення, агресія є складною і многогранною концепцією, яка продовжує викликати інтерес та дослідження в галузі психології [13, 68].

Психоаналітична теорія, розвинута Зігмундом Фройдом, також звертає увагу на природу агресії. Фройд вважав, що в кожній людині існують два протилежні інстинкти: інстинкт життя та інстинкт смерті. Інстинкт життя сприяє росту та розвитку, тоді як інстинкт смерті працює на самознищення. За Фройдом, енергія інстинкту смерті часто виявляється назовні у формі агресії проти навколишнього світу. Цей внутрішній конфлікт може накопичуватися в людині, і якщо він не вирішується в маленьких дозах, може призвести до екстремальних проявів [21, 47].

Психологічні та еволюційні дослідження також вказують на різноманітні фактори, що впливають на агресивну поведінку людини. Ці фактори включають соціальне середовище, генетичні нахили, структуру сім'ї, виховання та індивідуальні риси характеру [14, 36]. Наприклад, деякі дослідження показують, що люди, які виростили у ворожому або насильницькому середовищі, можуть мати більшу схильність до агресивної поведінки. Також генетичні фактори можуть грати роль у визначенні вразливості до агресії, проте точна природа цих взаємозв'язків ще потребує подальших досліджень.

Узагальнюючи, агресія у людини є складним явищем, яке визначається різноманітними факторами, включаючи як психологічні, так і еволюційні аспекти. Розуміння цих факторів є важливим кроком у розвитку стратегій протидії агресивній поведінці та сприянні мирному співіснуванню в суспільстві [29, 63].

Агресія, як складний феномен, викликає значний інтерес у наукових колах. Одним із видатних дослідників в цій області є етолог Конрад Лоренц, який після довготривалого вивчення поведінки тварин розвинув теорію,

відповідно до якої агресія є успадкованою спонтанною готовністю боротися за існування або захоплювати та захищати власність [43, 63]. Генетичні фактори також відіграють значну роль у визначенні агресивної поведінки. Експерименти з близнюками підтверджують вплив генетики на агресію, через кодування та вироблення специфічних білків, які функціонують у мозку і нервовій системі, безпосередньо впливаючи на поведінку людини [44, 7].

Фізіологічні аспекти також грають важливу роль у виявленні агресивної поведінки. Мозкове захворювання лімбічної системи пов'язане з патологічною схильністю до насильства та безпричинною жорстокістю. Лімбічна система відіграє ключову роль у регулюванні емоцій та поведінки. Статеві гормони також мають вплив на агресивну поведінку. У тварин та людей, особи чоловічої статі, як правило, проявляють більшу агресивність, що може бути частково наслідком впливу статевих гормонів на мозок. Експерименти з дослідженням впливу статевих гормонів підтверджують цю тенденцію [12, 73].

Паралельно з генетичними та фізіологічними аспектами, соціокультурні фактори також впливають на агресивну поведінку. Наприклад, діти, що виростають у воюючих країнах, демонструють більш яскраві прояви агресії порівняно з дітьми, які живуть у мирних умовах. Це свідчить про те, що агресія часто виникає як захисний механізм проти ворожого середовища [14, 52].

Наркотики та алкоголь також можуть впливати на рівень агресивності. Хоча алкоголь частіше пов'язаний із збільшенням агресії, легкі наркотики, такі як маріхуана, можуть зменшувати її прояви. Агресія у людини є складним феноменом, що визначається генетичними, фізіологічними та соціокультурними факторами. Розуміння цих механізмів є важливим кроком у розробці стратегій протидії агресивній поведінці та створенні сприятливого середовища для мирного співіснування в суспільстві [16, 74].

Вербальна агресія є одним із видів агресії, спрямованим на заподіяння шкоди опоненту за допомогою мовленнєвих засобів. Цей вид конфліктогенної мовленнєвої поведінки базується на установці на суб'єктно-об'єктний тип спілкування та негативному впливі на адресата [7, 88].

З еколінгвістичних позицій мовна агресія розглядається як форма мовленнєвої поведінки, що негативно впливає на комунікативну взаємодію людей. Вона спрямована на мінімізацію чи навіть деструкцію мовної особистості адресата, на його підкорення та маніпулювання в інтересах автора висловлювання.

З лінгвопсихологічної позиції мовна агресія є цілеспрямованою комунікативною дією, орієнтованою на виклик негативного емоційно-психологічного стану в об'єкта мовленнєвого впливу. Класифікація вербальної агресії, запропонована психологом А. Бассом, включає наступні типи:

- Вербальна активна пряма агресія, безпосереднє вербальне образа або приниження адресата.
- Вербальна активна непряма агресія, поширення пліток про третю особу з метою вразити адресата.
- Вербальна пасивна пряма агресія, відмова говорити з адресатом, що виражає агресивну налаштованість.
- Вербальна пасивна непряма агресія, відмова надавати словесні пояснення [3].

Зазначена класифікація, хоча не охоплює всі аспекти вербальної агресії, має певну цінність і служить базою для подальшого дослідження. У широкому розумінні, вербальна агресія означає використання мовних засобів для вираження неприязні, ворожості та манер мови, що ображає чиєсь самолюбство та гідність.

Вербальна агресія, як складова частина міжособистісних взаємин, може приймати різні форми прояву. Деякі лінгвісти класифікують агресію за формами її вираження, розглядаючи різноманітність вербальних проявів

цього явища. Ю. Щербініна, наслідуючи дослідження Л. Семенюк, М. Федосюк та Т. Шмельової, виділяє ряд форм вербальної агресії, серед яких образа, погроза, груба вимога, груба відмова, іронія, докір, звинувачення та інші. Ця класифікація ґрунтується на понятті мовного жанру і дозволяє розширити спектр дослідження, охопивши не лише цілеспрямовану, ініціативну вербальну агресію, але й поведінкову, інструментальну [14, 6].

Ю. Антонян відрізняє «жорстку» та «нежорстку» агресію, підкреслюючи, що агресія може мати інші, крім руйнівного, аспекти, включаючи спосіб виживання та дії. Агресивні комунікативні стратегії втілюються через різноманітні мовні засоби, серед яких центральне місце займає інвектива [3, 47]. Інвектива, як вказує В. Жельвіс, може трактуватися як форма словесної агресії, що сприймається як різка або табуйована, або як будь-який словесний прояв агресивного ставлення до опонента. Аналіз досліджень, присвячених мовленнєвій агресії та інвективності, підтверджує, що одиницю мови можна вважати інвективною, якщо вона відповідає певним параметрам.

Такі параметри включають семантичні особливості, прагматичні умови використання мовної одиниці та її функціональний характер. Отже, інвективна мова спрямована на зниження соціального статусу опонента та заподіяння йому психологічної шкоди, що робить інвекцію важливим елементом аналізу вербальної агресії. Загальновизнане визначення вербальної агресії включає в себе вираження негативних почуттів через форму та зміст словесних відповідей, такі як сварка, крик, прокляття та інші. Вербальна агресія є складним явищем, яке виявляється у різних формах мовленнєвої поведінки та має значний вплив на комунікативну взаємодію [11, 63].

Студії з проблеми вербальної агресії виявляють різноманітні форми та знаки цього явища, які виявляються через використання специфічних мовних засобів. Н. Остроушко та О. Демидов відзначають різні види інвектив, які знаходять відображення у мові та способах міжособистісного спілкування [3,

31].

За класифікацією Н. Остроушко до знаків вербальної агресії належать ярлики, лайлива лексика, іронічні номінації, маркери відчуженості, спеціальні пейоративи, політичні терміни (з негативно-оцінним забарвленням), а також антропоніми та етнімі. О. Демидов, у свою чергу, констатує існування таких видів інвектив як інвективні ярлики, лайливі інвективи, вердикти, засоби дифамації, іронічні інвективи, стійкі вирази та метафоричні інвективи. Він виділяє два основні види інвектив: мимовільну, неконтрольовану емоційну реакцію та свідомий намір скривдити супротивника для демонстрації своєї домінуючої позиції [2, 53].

У сучасних дослідженнях лінгвістів виокремлюються вісім видів інвективної лексики, що переважають як у вітчизняних, так і зарубіжних друкованих теках. Серед них варто зазначити слова й вирази, що позначають антисупільну діяльність, слова з вираженим негативним забарвленням, назви професій у переносному значенні, зоосемантичні метафори, дієслова з «засуджувальною» семантикою, слова з надто експресивною оцінкою, евфемізми різко негативного характеру та очаціональні каламбурні утворення з метою приниження чи образи адресата [15, 73]. У мас-медійному дискурсі інвектива використовується для залучення уваги громадськості, підвищення сенсаційності та зацікавлення аудиторії в самій проблемі поширення ненормативної лексики як соціокультурного явища [24, 62].

Вербальна агресія, особливо у формі мови ворожнечі, стала поширеним явищем у сучасному суспільстві. Мова ворожнечі, або «hate speech», охоплює будь-яке висловлювання, що сприяє порушенню національної, релігійної, соціальної або іншої толерантності, порушуючи принцип рівності всіх людей у правах. Цей термін застосовується до висловлювань, які можуть бути використані для підбурювання до ненависті, зловживання, дискредитації, образливих слів та епітетів, а також для вираження упереджень. Мова ворожнечі використовується для розпалювання конфліктів та виклику агресивних реакцій [26, 4].

Існує кілька методів подолання вербальної агресії. Один з них - ігнорування. Це продуктивний спосіб захисту від агресії, що полягає в тому, щоб не реагувати на нетактовність або грубість. Ігнорування може виявитися ефективним способом припинення конфлікту, оскільки не дає можливості агресивному співрозмовнику продовжувати свої висловлювання у войовничому ключі [32, 47]. Проте, варто пам'ятати, що цей метод може бути менш ефективним у випадках, коли конфлікт набуває гострого характеру. Ігнорування є методом, який здатний змінити хід конфлікту, сприяючи зниженню агресії та перешкоджаючи подальшому її розвитку. Однак важливо враховувати, що цей метод може бути ефективним тільки в обмеженому контексті та не завжди придатний для використання у випадках, коли ситуація набуває особливо гострого характеру [36, 72].

Вербальна агресія є серйозною проблемою в сучасному суспільстві, що вимагає ефективних стратегій подолання. Одним із таких методів є переключення уваги, яке може зменшити агресивний настрій співрозмовника та вивести розмову з конфліктної зони. Способи переключення уваги різноманітні, але всі вони спрямовані на зміну теми або настрою розмови. Наприклад, непередбачуване запитання або пропозиція можуть відволікти увагу співрозмовника і змусити його зосередитися на новій темі. Звернення до минулих досвідів або висловлення жарту також можуть сприяти зміні атмосфери розмови [38, 32].

Іншою ефективною стратегією є проектування позитивних якостей агресора. Згадування сильних сторін або досягнень співрозмовника може заохотити його змінити свою агресивну поведінку. Використання висловлювань, що підкреслюють позитивні якості, може змінити його емоційний стан та сприяти побудові більш конструктивного діалогу. Крім того, важливо виявляти позитивне ставлення до співрозмовника шляхом позитивних оцінних висловлювань та похвали [9, 72]. Це може включати в себе заохочення, визнання успіхів та вирази поваги до його думок та дій. Різноманітність форм виразу позитивних оцінок робить їх більш

ефективними в зменшенні вербальної агресії. Не менш важливим є використання гумору. Відповідно підібраний жарт може розрізнити напруженість та створювати сприятливу атмосферу для конструктивної комунікації. Проте важливо пам'ятати, що жарти з негативним змістом можуть посилити агресію [39, 74]. Нарешті, ефективне переконання може включати в себе використання звичайних прийомів, таких як нагадування про правила спілкування та апеляція до емпатії. Початок з опису позитивних якостей співрозмовника або використання ситуаційного моделювання також може сприяти зниженню агресивності та покращенню рівня взаєморозуміння [15, 62].

Отже, стратегії подолання вербальної агресії є важливою складовою будь-якої комунікації. Їх ефективне застосування може сприяти зниженню конфліктів та покращенню взаємин між співрозмовниками.

1.2. Особливості формування вербальної агресії у дорослих

Вербальна агресія є складною та багатогранною проблемою, особливо коли мова йде про її формування у дорослих. У цьому контексті, вербальна агресія може виявлятися у різних формах та мати різні причини, які варіюються в залежності від соціокультурних, психологічних та особистісних чинників.

Однією з основних причин вербальної агресії у дорослих є соціокультурні впливи. Суспільні норми, культурні стереотипи та прийняті стандарти спілкування можуть сприяти формуванню агресивної мовної поведінки. Наприклад, у середовищах, де домінує конфліктне спілкування або де підтримуються агресивні моделі поведінки, дорослі можуть навчатися висловлювати свої емоції та думки шляхом агресивних засобів [7, 6].

Психологічні механізми також відіграють важливу роль у формуванні вербальної агресії у дорослих. Наприклад, низька самооцінка, відчуття безпорадності або внутрішній стрес можуть призвести до виявів агресивної

мовної поведінки. Дорослі, які мають низьку емоційну стійкість або недостатньо розвинені навички вираження своїх почуттів, часто виявляють вербальну агресію як спосіб реагування на стресові ситуації [11, 35].

Особистісні риси також можуть впливати на формування вербальної агресії у дорослих. Наприклад, люди з високим рівнем агресивності за своєю природою частіше проявляють агресивну мовну поведінку у спілкуванні з іншими. Крім того, особистості з низьким рівнем емпатії або зі звичкою використовувати вербальну агресію як засіб контролю над іншими можуть також бути більш схильними до її проявів [13, 47]. Для подолання вербальної агресії у дорослих необхідно використовувати комплексний підхід. Це може включати в себе психологічну підтримку, тренування навичок спілкування та розвиток стратегій самоконтролю. Крім того, важливо розробляти альтернативні способи вираження емоцій та навчати дорослих конструктивним методам вирішення конфліктів [14].

Вербальна агресія у дорослих є складною та багатогранною проблемою, яка вимагає уваги та розуміння з боку суспільства та фахівців. Залучення комплексного підходу до її подолання може сприяти створенню більш сприятливих умов для ефективного спілкування та взаєморозуміння [15, 7].

Вербальна агресія, незалежно від того, чи вона проявляється у дорослих чи дітей, є складним явищем, що потребує ретельного аналізу та розуміння. За визначенням, вербальна агресія може бути навмисною, часто неспровокованою та повторюваною. Це форма навмисного зловживання владою, що ініціюється особами з великим статусом або владою щодо осіб з меншим статусом або владою. Відмінною рисою вербальної агресії є використання слів або жестів для заподіяння психологічної шкоди, що відрізняє її від фізичного залякування. У багатьох випадках, вербальна агресія виявляється у формі дразнення, лайнь, криків або загроз. Ці дії можуть мати серйозні наслідки для жертви, яка часто залишається непоміченою дорослими, зокрема, через їх вплив на психічне становище [28,

б].

Хоча вербальна агресія може спричиняти психологічні та емоційні травми, вона часто залишається непоміченою чи недооціненою в шкільних та робочих середовищах. Використання слів та соціальних методів залякування може бути досить поширеним, особливо серед хуліганів та в групових динаміках.

Дослідники розрізняють два типи вербальної агресії: пряме та приховане знуцання. Пряме знуцання передбачає відкриті дії, такі як загрози, тоді як приховане знуцання відбувається через таємні методи, наприклад, поширення чуток або знецінюючих висловлювань. У подальших дослідженнях вербальної агресії у дорослих важливо досліджувати не лише її природу та форми, але й способи протидії та реагування на це явище. Важливо визнати, що вербальна агресія може мати серйозні наслідки і вимагає уважного та відповідального підходу до її розуміння та подолання [29, 39].

Вивчення показує, що вербальна агресія та знуцання можуть розпочатися ще в дошкільному та ранньому початковому віці. Це особливо важливо, оскільки злочинці, які проявляють вербальну агресію, часто стають рецидивістами [34, 63]. Словесна агресія, така як критика або дражнення, може навіть призвести до того, що жертва віддає бажані предмети або виконує певні дії на задоволення кривдника. Наприклад, критика або дражнення можуть викликати у жертви сльози, а серед однолітків або дорослих можуть викликати сміх [35, 78]. Цікаво, що діти, які протистоять вербальній агресії або знуцанню, іноді самі стають хуліганями. Це може пояснюватися бажанням вони захистити себе або відповісти тим самим методом. Незалежно від причин, якщо це один раз розпочинається, знуцання часто продовжується, і частота вербальної агресії і знуцань досягає піку в середній школі [38, 64].

Хулігани, ідентифіковані як особи, які проявляють агресію, часто мають труднощі у встановленні дружніх стосунків та погано адаптуються. Вони можуть бути вправними в організації подій, щоб зменшити ризик викриття і відповідальності за свої дії. Хлопчики частіше, ніж дівчата, схильні до більш серйозних форм насильства, таких як сексуальні домагання і жорстоке поводження з партнерами [44]. Словесне та емоційне насильство можуть використовуватися взаємозамінно, але вони можуть викликати серйозні психологічні наслідки. Словесна агресія може бути початково непомітною, але з часом може стати більш інтенсивною і навіть вибухонебезпечною. Це може включати в себе залякування, яке може викликати страх, дискомфорт або психологічний біль. Розуміння процесу розвитку вербальної агресії та знуцання у дітей є критично важливим для запобігання подальшому насильству та забезпечення психологічного та емоційного благополуччя молодших поколінь.

Вербальна агресія викликає ворожість у своєї мети, але в експериментальних умовах часто існують обмеження проти непрямой або пасивної агресії і насильства. Люди можуть реагувати на вербальну агресію самою вербальною агресією, але для того, щоб викликати таку відповідь, необхідно сильне розчарування від образи [15, 62].

Відповідно, відмова від ескалації конфлікту, вихід із ситуації, раціоналізація мовчання або навіть деескалація конфлікту за допомогою повідомлення, призначеного для роззброєння антагоніста, - все це можливі варіанти реакції. Цей набір альтернатив частково пояснює очевидні розбіжності між результатами експериментальних досліджень і оглядовими дослідженнями вербальної агресії. У експериментальних умовах вербально агресивний співрозмовник зазвичай ображає, дратує або провокує ціль; потім вербальна відповідь цілі записується і кодується для агресії. Однак страх ескалації конфлікту може перешкодити об'єкту вербальної агресії проти конфедерата [17, 52]. Це означає, що побоювання насильства часто стримує вербальну агресію, і альтернативні шляхи реагування можуть бути

вибрані замість неї.

Механізми вербальної агресії та її альтернативи є складними і вимагають уважного вивчення, щоб краще зрозуміти, як вони функціонують у різних контекстах і ситуаціях.

1.3. Агресія як результат інтернет-залежної поведінки

Інтернет-залежність (Internet Addiction Disorder, IAD) визначається як психічний розлад, що характеризується нав'язливим бажанням виходити в Інтернет та патологічною нездатністю відключитися від нього вчасно. Це явище може призвести до втрати фокусу на реальному житті та перевагу віртуального світу над реальністю, що може призвести до серйозних наслідків для психічного та фізичного здоров'я людини [4].

Термін «Інтернет-залежність» був вперше запропонований Айвеном Голдбергом у 1995 році. Він розробив набір діагностичних критеріїв, що дозволяють визначити цей розлад. Згодом, китайські лікарі в 2008 році запропонували визнати інтернет-залежність хворобою, розробивши власне визначення та діагностичні критерії на основі досліджень 1300 користувачів Інтернету [6, 10].

Проблему інтернет-залежності вивчали такі вчені, як В. Булова, А. Голдберг, К. Янг та інші. Вони зосереджувалися як на характеристиках віртуального середовища, так і на психологічних особливостях самого аддикта. Функціонує ряд дослідницьких та консультативно-психотерапевтичних веб-служб з проблематики IAD, однак для користувачів, що проживають в Україні, вони недоступні українською чи російською мовами. У західній медицині проблему інтернет-залежності визнають як одну з форм психологічної залежності, яка проявляється у нав'язливій потребі та звиканні до використання Інтернету [8].

Кібер-булінг представляє собою новітню форму агресії, що полягає у використанні інформаційно-комунікаційних засобів для дошкульності, нашкодження та приниження іншої особи. Зокрема, мобільні телефони, електронна пошта, соціальні мережі та інші онлайн-платформи стають інструментами для здійснення цієї форми жорстокості.

Незважаючи на те, що кібер-булінг є досить новим явищем, він стає все більш актуальним, особливо серед дітей та підлітків. Недостатньо уваги приділяється цій проблемі, оскільки загроза та наслідки кібер-булінгу ще не досліджені належним чином [2, 35]. Проте відомо, що ця форма агресії може призвести до серйозних наслідків, включаючи психологічні травми, суїцидальні думки та навіть трагічні випадки. Важливо розуміти, що кібер-булінг може мати різні форми, такі як електронні листи, миттєві повідомлення, чати, соціальні мережі, а також залякування через мобільний зв'язок [8]. Ця форма насильства потребує уваги як з боку батьків, так і з боку педагогів, оскільки, хоча вона здавалося б, віртуальна, наслідки вона має абсолютно реальні.

Потрібно пам'ятати, що ефективна протидія кібер-булінгу не обмежується простим інформуванням. Вона вимагає систематичної роботи, спрямованої на формування здорових звичок використання інтернету та соціальних мереж. Профілактика має бути цілісною системою дій, спрямованих на попередження конфліктних ситуацій та вчання дітей адекватно реагувати на потенційні загрози [19, 98]. Таким чином, кібер-булінг виступає як серйозна проблема сучасності, яка вимагає комплексного підходу та уваги з боку всього суспільства. Тільки шляхом спільних зусиль батьків, педагогів та інших дорослих ми можемо забезпечити безпеку та благополуччя наших дітей у віртуальному світі [12, 68].

Інтернет-агресія дорослих - це актуальна проблема сучасного суспільства, яка виникає внаслідок використання інформаційно-комунікаційних технологій для навмисного залякування, образ, чи загрози приниження інших осіб. Цей вид агресії може виявлятися у формі оскірних

коментарів, негативних відгуків, поширення шкідливих стереотипів, а також у масовому накопиченні інформації з метою публічного ображення [14, 36].

Наукові дослідження інтернет-агресії дорослих вказують на те, що вона може мати серйозні наслідки для психічного та емоційного стану жертв. Висловлювання відкритої ворожнечі та ворожої поведінки в Інтернеті можуть призвести до стресу, тривоги, а в деяких випадках навіть до депресії та ізоляції. Крім того, інтернет-агресія може мати серйозні соціальні наслідки, такі як погіршення взаємин між особами та підтримку ворожнечі у віртуальних спільнотах [7, 59].

Одним із основних викликів у боротьбі з інтернет-агресією дорослих є складність виявлення та регулювання такого виду поведінки. Часто агресивні висловлювання та дії в Інтернеті важко відслідковувати та ідентифікувати, оскільки вони можуть здійснюватися анонімно або під псевдонімами. Крім того, вільний доступ до Інтернету і відсутність механізмів ефективного контролю створюють сприятливі умови для поширення агресивної поведінки [16, 42]. Для протидії інтернет-агресії дорослих необхідно розробляти комплексні стратегії, які включатимуть у себе законодавчі заходи, технологічні інновації, та освітні програми. Важливо створити ефективні механізми виявлення та реагування на випадки інтернет-агресії, а також підтримувати позитивні способи вирішення конфліктів та взаємодії в Інтернеті.

Крім того, необхідно звертати увагу на формування позитивного інтернет-середовища, яке сприяє взаєморозумінню, толерантності та взаємоввічливості. Інформаційно-освітні програми та тренінги з виховання медійної грамотності можуть сприяти підвищенню свідомості про шкоду інтернет-агресії та розвитку навичок конструктивного спілкування в мережі [4, 8].

Мовна агресія в сучасному світі набуває все більшого значення, оскільки вона має потужний руйнівний потенціал стосовно духовного життя суспільства. Інформаційне насильство, реалізоване через мовні форми,

виявляє силовий вплив на ментальну сферу, яку соціологи визначають як суму цінностей, переконань та моральних орієнтирів. Ця сфера формує зміст взаємодій людей на основі гуманності, цінностей людської гідності та життя. Сучасні дослідження свідчать про поширення мовної агресії в суспільстві, особливо серед молоді. Мовна агресія активно виявляється у студентському середовищі, де основна увага зосереджена на професійному становленні та розвитку комунікативних компетенцій [17, 84].

У психології мовна агресія вивчається в рамках різних концепцій. Однією з них є психоаналітична теорія потягів, запропонована З. Фрейдом, який розглядав агресію як вроджений інстинкт, пов'язаний з інстинктами самозбереження. Однак Е. Фромм, розглядаючи різні типи агресивної поведінки, наголошував на тому, що агресія обумовлена не лише біологічними чинниками, але й культурними та соціальними впливами [2, 26].

У сучасній психолінгвістиці мовна агресія аналізується як частина комунікативного процесу. Вона проявляється у вживанні негативних слів, виразів, та інтонації, які спрямовані на завдання шкоди або образи іншій особі. Результати експериментів, проведених Роджером Баркером та Куртом Левіном, показали, що ситуації розчарування можуть викликати агресивну реакцію, особливо коли особа близька до досягнення своєї мети [17, 53].

Мовна агресія у сучасному інформаційному суспільстві є складним та багатогранним явищем, яке вивчається з різних наукових позицій. Розуміння природи та механізмів мовної агресії є важливим кроком у розробці стратегій протидії цьому явищу та побудові гармонійних міжособистісних взаємин у суспільстві. Інтернет-агресія дорослих є серйозною проблемою, яка вимагає комплексного підходу та спільних зусиль усіх суб'єктів суспільства [3, 53]. Лише за умови спільної дії ми зможемо створити безпечне та гармонійне інтернет-середовище для всіх користувачів.

Агресивність, як один із складових людської поведінки, розділяється на конструктивну та деструктивну. Ці дві форми відрізняються тим, що лише деструктивна агресивність несе в собі потенціал ворожості та злісності. Іншими словами, конструктивна агресивність може виявлятися в продуктивному використанні енергії для досягнення цілей, тоді як деструктивна агресія призводить до негативних наслідків. І.А. Фурманов виділяє психологічний тиск як одну з форм деструктивної агресивності, яка, завдяки можливостям Інтернету, набуває нових функцій та можливостей [4, 76].

Цілодобове втручання у особисте життя стає однією з основних характеристик психологічного тиску віртуального світу. Травля через Інтернет не обмежується ні часовими, ні географічними рамками. Мобер, тобто особа, яка здійснює травлю, має постійний доступ до своєї жертви через технічні засоби, такі як мобільний телефон, профілі в соціальних мережах та електронна пошта. Це створює безпрецедентні умови для здійснення тиску та психологічного насильства [8, 45].

Необмеженість аудиторії та швидкість розповсюдження інформації через Інтернет роблять психологічний тиск більш ефективним та масовим. Цифровий контент, такий як повідомлення або відео, може швидко поширюватися через Інтернет, а це означає, що аудиторія може бути дуже великою та різноманітною. Такий контент може залишатися в мережі довго після свого створення, що ускладнює його нейтралізацію та може завдати подвійного тиску на жертву [7].

Анонімність мопера, тобто особи, що здійснює травлю, також стає фактором, який збільшує його негативний вплив. Анонімний характер нападу ускладнює виявлення та припинення травлю, що може призвести до додаткового стресу та психологічних проблем для жертви. Крім того, у віртуальному середовищі виявляються інші форми психологічного тиску та маніпуляцій, такі як тролінг та маніпулювання. Тролінг полягає в провокації користувачів з метою отримання від них емоційних реакцій, тоді як

маніпулювання – в непомітному керуванні поведінкою та емоційним станом інших осіб [42, 8].

Розвиток Інтернету дозволяє психологічному тиску та маніпуляціям набувати нових форм та функцій, що потребує уваги та вивчення з боку науковців, а також розробки ефективних стратегій протидії цим явищам [10, 31].

Маніпулювання психічною свідомістю, будь то на індивідуальному рівні або в колективі, вимагає ретельного врахування особливостей психологічного сприйняття та устрою маніпульованих осіб. Незважаючи на це, існують психологічні маніпуляції, спрямовані на досягнення психологічних цінностей, таких як повага, дружба, кохання та вдячність. Чисто психологічні маніпуляції можуть виступати як передумова для інших дій, підготовка ґрунту для досягнення певних цілей [14, 69]. Такі маніпуляції можуть приймати різні форми, включаючи зовнішню уважність та тактовність при внутрішній байдужості до проблем об'єкта, штучну ідентифікацію себе з об'єктом, формування симпатій та використання особистої довіри для досягнення власних цілей [5, 58].

У віртуальному світі, де зустрічаються різноманітні способи комунікації, важливо використовувати найбільш стійкі стратегії реагування. У тривожний час, коли пропаганда та маніпуляції розповсюджуються з обох боків, важливо зберігати спокій та обдуманість. На платформах соціальних мереж часто можна зустріти тролів та ботів, які залишають радикальні та емоційні коментарі. Однак важливо пам'ятати, що у вас завжди є вибір, коли та як відповідати на такі коментарі [7, 41]. При відчутті надмірного залучення до діалогу, важливо взяти паузу, відійти від екрану, видихнути та переключити увагу на інші справи. Повернувшись до діалогу пізніше, ви зможете виявити маніпуляції та відповісти на них більш збалансовано.

У висновках слід відзначити, що віртуальне спілкування відкриває нові можливості для виявлення інтенцій комунікантів та їх толерантності до різноманітних точок зору. Це дозволяє ідентифікувати маркери

інтолерантних інтенцій та формувати нові узуальні норми в онлайн середовищі. Однак у кожної особи є дві різні мотиваційні тенденції, пов'язані з агресивною поведінкою: тенденція до агресії та її гальмування. Розуміння цих мотиваційних тенденцій може допомогти ефективно реагувати на психологічний тиск та маніпуляції в онлайн спілкуванні [6].

Інтернет-залежність, як психічний розлад, є серйозною проблемою сучасного суспільства, яка може призвести до різних негативних наслідків для особистості. Для подальшого розвитку суспільства важливо не лише досліджувати цей розлад, але й розробляти ефективні методи профілактики та лікування, спрямовані на збереження психічного та фізичного здоров'я людини [8].

Інтернет-залежність є серйозною проблемою сучасного суспільства, що може мати значний вплив на психічне та фізичне здоров'я людини. До психологічних факторів інтернет-залежності належать різні аспекти, від нав'язливого бажання перевірити електронну пошту до схильності до азартних ігор та соціальних мереж [19, 64].

Основні психологічні фактори інтернет-залежності

- Нав'язливе бажання перевірити електронну пошту. Це може стати одним зі симптомів інтернет-залежності, коли людина постійно перевіряє свою пошту, шукаючи нові повідомлення.
- Постійне очікування наступного виходу в мережу. Інтернет-залежні особи можуть почувати постійну потребу перевіряти свої соціальні мережі або інші онлайн-ресурси.
- Почуття задоволення від спілкування в мережі межує з ейфорією. Люди можуть відчувати емоційне задоволення від спілкування в інтернеті, що може призвести до перебування в стані ейфорії.
- Відсутність доступу до інтернету викликає неспокій, агресію, роздратування при вимушених відволіканнях. Це може бути ознакою залежності, коли людина відчуває негативні емоції при відсутності можливості використовувати Інтернет.

- Залежність від Інтернету може призвести до втрати реальних міжособистісних відносин і занепаду соціального життя.
- Розлади сну, зміна режиму сну.
- Інтернет-залежність може сприяти розвитку депресії через відчуття відокремленості від реального життя.
- Люди з поганим волевим контролем можуть мати більше схильності до інтернет-залежності.
- Високий рівень нейротизму [21, 36].

Інтернет-залежність є складною проблемою, яка може бути викликана різними психологічними факторами. Розуміння цих факторів може допомогти в розробці ефективних стратегій профілактики та лікування інтернет-залежності.

З поширенням Інтернету сучасне суспільство стикається з новими викликами, пов'язаними з психічним здоров'ям та поведінкою. Одним з таких викликів є інтернет-залежність, яка може призвести до різноманітних негативних наслідків, включаючи агресивну поведінку. У цьому науковому тексті ми розглянемо зв'язок між інтернет-залежністю та агресією, а також виявимо можливі причини та наслідки цього відношення [34].

Інтернет-залежність є психічним розладом, який характеризується надмірною, неконтрольованою та шкідливою потребою використовувати Інтернет. Основними симптомами інтернет-залежності є постійне відвідування Інтернету, втрата контролю над часом витраченим онлайн, відчуття непокою або роздратування при спробі обмежити використання Інтернету тощо. Інтернет-залежність може викликати агресивну поведінку з різних причин [37, 63]. По-перше, постійне занурення у віртуальний світ може призвести до відчуття відчуженості від реальності та реальних міжособистісних відносин. Це може породити внутрішній конфлікт та негативні емоції, які виявляються через агресивну реакцію. Друга причина полягає в тому, що Інтернет часто стає майданчиком для виявлення агресії через анонімність та відсутність реальних наслідків [41]. Люди, які

страждають від інтернет-залежності, можуть використовувати віртуальне середовище для виливання своїх негативних емоцій через агресивні коментарі, повідомлення або дії, що може призвести до конфліктів та напруженості.

Агресивна поведінка, спричинена інтернет-залежністю, може мати серйозні наслідки для як самої особи, так і для її оточення. Особливо важливою є можливість наслідків для психічного здоров'я, таких як збільшення рівня стресу, депресії та загострення інших психічних розладів. Крім того, агресивна поведінка в мережі може призвести до міжособистісних конфліктів, руйнування відносин та втрати довіри до індивіда [42, 53].

Це може мати далекосяжні наслідки для професійного та особистого життя особи, а також для її соціальної репутації. У світі, де Інтернет відіграє все більш важливу роль, важливо розуміти можливі наслідки інтернет-залежності, зокрема агресивної поведінки. Для запобігання цим наслідкам необхідно вдосконалювати механізми ранньої діагностики та інтервенції, а також сприяти формуванню здорових звичок використання Інтернету серед населення.

1.4. Вплив інтернет ресурсів на формування вербальної агресії

Вербальна агресія визначається як будь-яка форма мовного насильства, спрямована на заподіяння шкоди або образи іншій особі. Інтернет надає безліч можливостей для вираження агресивних настроїв через різноманітні платформи, такі як соціальні мережі, форуми, чати тощо.

Дослідники виявили, що Інтернет має значний вплив на розвиток мислення, особливо в контексті формування кліпової свідомості. Кліпова свідомість, яка з'явилася задовго до появи Інтернету, визначається як здатність швидко перемикаати увагу між різними стимулами. Вчені вважають, що це явище є захистом від інформаційного перевантаження та може призвести до спрощення мислення [10, 27].

Щодо впливу Інтернету на формування особистості, дослідження показують, що активне використання Інтернету веде до росту соціального капіталу у користувачів. Інтернет стає майданчиком для самопрезентації та пошуку соціального статусу, що впливає на формування ідентичності особистості. Однак це також може призвести до негативних наслідків, зокрема, застрягання на дифузійній стадії ідентифікації та відкладання процесу самовизначення на потім [18, 6].

Соціальні мережі відіграють важливу роль у формуванні особистості дитини, забезпечуючи нові соціальні зв'язки та впливаючи на її репутацію та статус. Однак занурення у віртуальний світ може також сприяти розвитку егоцентризму та інфантилізму. При цьому, на соціальних мережах часто можна спостерігати прояви агресії, такі як тролінг, фейки та кібербулінг, які можуть негативно впливати на психічне здоров'я та формування особистості [13, 16].

Хоча Інтернет відкриває безліч можливостей для самовираження та соціальної активності, він також ставить перед собою серйозні виклики у формуванні ідентичності та розвитку психічних функцій особистості, які потребують уважного вивчення та розуміння [7].

За дослідженнями, проведеними в останні роки, було встановлено, що використання Інтернет-ресурсів може збільшувати ризик вербальної агресії серед користувачів. Це може бути пов'язано з анонімністю, яку надає Інтернет, а також з психологічним ефектом дистанції, коли люди відчують себе менш відповідальними за свої вчинки через відсутність прямого контакту з іншими особами.

Існує кілька ключових факторів, які сприяють формуванню вербальної агресії через використання Інтернет-ресурсів:

- Багато інтернет-платформ надають користувачам можливість залишати коментарі, публікації та повідомлення анонімно. Це може збільшити імпульсивність та агресивність виражених думок, оскільки користувачі відчуються захищеними від можливих наслідків своїх вчинків.

- Відсутність фізичного контакту з іншими особами може знизити відчуття емпатії та співчуття до них. Люди можуть легше виражати агресію, не враховуючи потенційно шкідливих наслідків своїх дій.

- Культура спілкування в Інтернеті може відрізнитися від традиційних форм спілкування. Специфіка виразності, гіперболізація та використання агресивної мови можуть стати загальноприйнятими на деяких ресурсах, що підтримує формування вербальної агресії [19, 30].

Вплив Інтернет-ресурсів на формування вербальної агресії є складним явищем, що варто подальшого дослідження. Розуміння цього впливу може сприяти розвитку ефективних стратегій протидії агресивному спілкуванню в цифровому середовищі та забезпеченню психологічного благополуччя користувачів Інтернету.

Наукове дослідження в області корекції агресивної поведінки молоді в інтернеті ґрунтується на теоретичних основах, представлених у працях [27–30]. Ця концептуальна база включає ряд важливих аспектів як з теоретичного, так і з практичного плану, які варто враховувати при створенні програм корекції агресивної поведінки серед молоді в онлайн середовищі. З урахуванням цього, розробка методик та програм тренінгів з редукції агресивної поведінки молоді в інтернеті, а також вибір конкретних психологічних процедур і вправ, мають базуватися на методологічних принципах, які були підтверджені в психологічній практиці і показали свою ефективність [4].

Відповідно до сформульованих теоретико-методологічних засад і методичних принципів було розроблено основну програму Тренінг модифікації агресивної поведінки молоді в мережі Інтернет і дві допоміжні програми - тренінги для батьків і педагогів. В основній програмі «Тренінг модифікації агресивної поведінки молоді в мережі Інтернет» використовувалися техніки когнітивної, гештальт-і поведінкової терапії.

Світовий досвід розробки та проведення психокорекційних і психотерапевтичних заходів свідчить, що ефективність таких заходів можна значно підвищити, залучивши до процесу корекції агресивної поведінки неповнолітньої молоді їхніх батьків і педагогів. Таким чином, були розроблені дві допоміжні програми: 1) для батьків – «Тренінг інформаційно-комунікативної ефективності батьків»; 2) для педагогів (вчителів) – «Тренінг інформаційно-психологічної компетентності педагога» [16, 73].

Отже, у поняття Інтернет-залежності входить нав'язливий важко контрольований потяг до користування глобальною Веб-мережею, який супроводжується рядом негативних наслідків, особливо у емоційній, вольовій та міжособистісній сферах. Інтернет-залежність є серйозною загрозою для психічного та фізіологічного здоров'я, оскільки часто супроводжується агресивністю, депресивними проявами, втратою соціальних контактів та загрозою для загального благополуччя [18, 46]. Інтернет-залежність може мати особливо негативний вплив, оскільки глобальна мережа надає безмежну кількість стимулів, що можуть бути важко обробити для молоді психіки [4, 79].

Поняття агресії та агресивної поведінки є тісно пов'язаними між собою. Агресія є реакцією, спрямованою на заподіяння шкоди іншим. Агресивна поведінка, з свого боку, є моделлю діяльності, через яку проявляється ця агресія. Таким чином, агресивність вказує на схильність людини до прояву агресії в рамках агресивної поведінки. Це питання стає особливо актуальним, оскільки молоді люди часто ще не мають розвинутих механізмів самоконтролю, не можуть адекватно оцінювати наслідки власних дій та часто мають тривожності, емоційну нестійкість та низький рівень самооцінки. Ці фактори сприяють появі агресивної поведінки серед дорослих, що потребує уваги та відповідних психологічних підходів для корекції [5, 67].

Доступність інтернет-ресурсів надає користувачам можливість анонімного висловлювання своїх думок і почуттів, не беручи на увагу наслідки. Це може призвести до розповсюдження агресивного мовлення без

відчуття відповідальності за свої слова. Інтернет надає безліч можливостей для спілкування, і часто це відбувається без живого обличчя-до-обличчя взаємодії. Відсутність невербальних сигналів і обмеженість контексту можуть призвести до неправильного сприйняття повідомлень і до конфліктів, що можуть перетворитися на вербальну агресію [2].

Соціальні мережі та інші онлайн-платформи часто стають майданчиком для публікації власних думок і вираження власних поглядів. У ситуації, коли ці думки суперечать думкам інших користувачів, вони можуть викликати конфлікти та агресивні реакції [10].

Отже, інтернет-ресурси можуть впливати на формування вербальної агресії шляхом забезпечення анонімності, неправильного сприйняття повідомлень та створення умов для конфліктів. Для зменшення цього впливу важливо вдосконалювати культуру інтернет-спілкування, відповідальне використання медіа та посилення свідомості про можливі наслідки агресивної мови в онлайн-середовищі.

РОЗДІЛ II

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ІНТЕРНЕТ РЕСУРСІВ НА ФОРМУВАННЯ ВЕРБАЛЬНОЇ АГРЕСІЇ У ДОРΟΣЛИХ

2.1. Організація та методи емпіричного дослідження

Дослідження було проведене онлайн за допомогою Google Forms. Анкета містила питання, які дозволяли оцінити рівень вербальної агресії, що спостерігається у респондентів, та частоту їх використання різних Інтернет ресурсів. Ми також включили питання, які допомогли виявити демографічні характеристики учасників, такі як вік, стать, рівень освіти та соціальний статус.

Посилання на форму:
https://docs.google.com/forms/d/1uiCWvoPE4rVeL2zL-5nNfjLm0JTEYNfvF0HYCxohGtQ/viewform?edit_requested=true

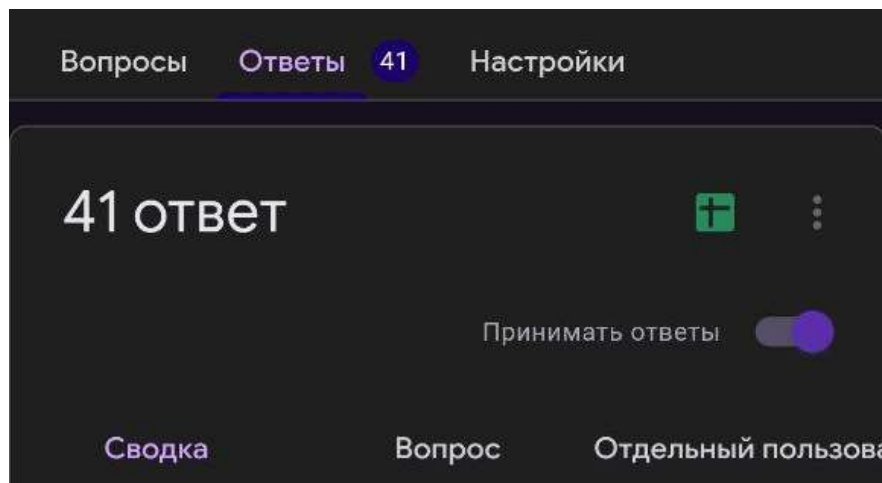


Рис. 2.1. Кількість респондентів

Інтернет-залежність серед дорослих в сучасному суспільстві стає предметом серйозної наукової та практичної уваги через свої потенційно негативні наслідки для психічного і соціального розвитку молоді. Одним з аспектів, що вивчається в контексті інтернет-залежності, є зв'язок між цією проблемою та виявами агресивної та ворожої поведінки серед дорослих.

Метою цього емпіричного дослідження було виявлення особливостей агресії та ворожості у дорослих з інтернет-залежною поведінкою, які віддають перевагу різним видам діяльності в Інтернеті. Для досягнення цієї мети було порівняно результати дослідження групи дорослих з інтернет-залежністю з результатами групи дорослих, що не вважають себе залежними від Інтернету [15].

За допомогою аналізу було виявлено, що серед дорослих із підвищеним рівнем інтернет-залежності спостерігається вищий рівень агресивності порівняно з тими, хто не мають схильності до інтернет-залежності. Ці результати вказують на потенційний зв'язок між інтернет-залежністю та проявами агресивності. Однак, важливо врахувати, що додаткові дослідження потрібні для розуміння природи цього зв'язку та визначення його причинно-наслідкових зв'язків. Наукова спільнота активно досліджує критерії діагностики і фактори ризику інтернет-залежної поведінки, а також саму природу і привабливість Інтернету. Дослідження показують, що серед основних сервісів, яким надають перевагу інтернет-залежні, є онлайн-ігри та соціальні мережі.

Особливу увагу привертають ті, хто страждають від інтернет-залежності, спрямовано на популярні онлайн-ігри, щодо яких існує загальна думка про їхню здатність провокувати агресивну поведінку у молоді. У підсумку, отримані результати вказують на необхідність подальших досліджень у цій області для розуміння механізмів впливу інтернет-залежності на психічне здоров'я та поведінку.

В нашому дослідженні були проаналізовані дані тестування 41 осіб. Вибірки були сформовані на основі захопленості або не захопленості комп'ютерними іграми. Інтернет-залежність, відома своїми серйозними наслідками для психічного та фізичного здоров'я, є проблемою, що особливо актуальна серед дорослих. Вона сприяє розвитку конфліктної та агресивної поведінки, хронічних депресій, недостатньої адаптації в суспільстві та інших психологічних проблем.

Одним із серйозних наслідків інтернет-залежності серед дорослих є віртуальна агресія, що може виникати у відповідь на певний психічний стан. Психологічні причини цієї агресії включають інстинкт самозахисту, фрустрацію, бажання домінувати, комплекси та інші фактори, що впливають на психіку дорослої людини. Дослідження цих психологічних аспектів інтернет-залежності та віртуальної агресії серед дорослих є важливим напрямком в сучасній науці. Вони дають змогу краще розуміти механізми виникнення цих явищ і розробляти ефективні стратегії для їхнього запобігання та лікування.

Метою нашого емпіричного дослідження є оцінка рівня агресивності за методикою (Додаток А) та виявлення можливого зв'язку між інтернет-залежністю та агресивністю. Для цього ми проведемо діагностику на виявлення інтернет-залежності за методикою А. Жичкіної. Це дозволить нам отримати більш повне розуміння взаємозв'язку між інтернет-залежністю та агресивністю та спростувати або підтвердити результати попередніх досліджень.

В сучасному науковому дискурсі велика увага приділяється ролі сімейного виховання в формуванні психологічних рис дитини, зокрема агресивної поведінки. Загальноприйнятою ідеєю є те, що сімейне середовище, стиль виховання батьків та їхня поведінка мають вирішальне значення у встановленні та закріпленні агресивних реакцій у дітей. Якщо батьки самі виявляють агресивність, застосовують фізичні покарання або не забороняють вияву агресії у своїй дитині, то ці реакції можуть стати стійкою рисою характеру маленької особистості [31, 6].

2.2. Результати дослідження

Наше дослідження підтвердило, що Інтернет ресурси можуть бути значним чинником формування вербальної агресії у дорослих. Соціальні мережі та форуми, зокрема, створюють середовище, де агресивна поведінка

може розвиватися та посилюватися. Важливо врахувати ці результати при розробці програм для зниження агресії в онлайн середовищі та формуванні більш толерантної та доброзичливої онлайн культури.

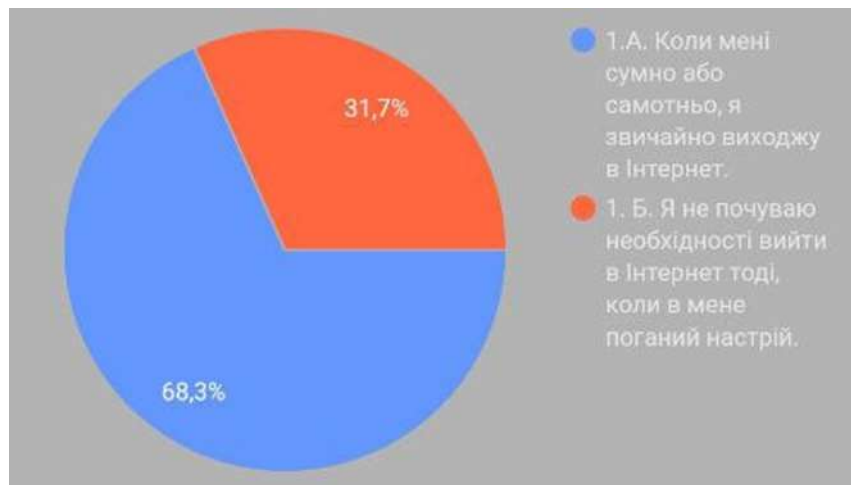


Рис. 2.2. Результати дослідження

Отримані результати дозволили нам зробити висновок про те, що загальний рівень агресивності серед респондентів є низьким. Проте, важливо врахувати, що батьки та психологи, які також оцінювали показники агресивності у дітей, можуть вважати їх трохи вищими, що може бути пов'язано з їхнім більш об'єктивним сприйняттям ситуації.

Отже, результати нашого дослідження підтверджують значущість сімейного виховання у формуванні агресивної поведінки дітей. Ретельне вивчення сімейного середовища та взаємин між батьками та дітьми може допомогти в уникненні виникнення та посиленні агресивних реакцій[7].

У сучасному світі виникнення комп'ютерної та Інтернет-залежності є актуальною проблемою, яка потребує глибокого аналізу та розуміння. Для виявлення основних проблем цих видів залежності, їх причин, симптомів та наслідків, а також для розробки стратегій профілактики, ми провели дослідження серед дорослих віком від 22-35 років.

Для цілей дослідження ми використали анкету за методикою А. Жичкіної, яка дозволяє визначити рівень комп'ютерної та Інтернет-залежності. Ця анкета включає питання про частоту та тривалість

використання комп'ютера та Інтернету, а також про симптоми залежності, такі як втрата суб'єктивного контролю, нав'язливість та втрата інтересу до інших видів діяльності. Інтернет-залежність є одним із видів поведінкових залежностей, який проявляється у нав'язливому постійному прагненні увійти в Інтернет та втраті суб'єктивного контролю за його використанням. Інтернет задовольняє багато потреб користувачів, зокрема, потребу у віртуальних знайомствах, покупках, отриманні інформації та грі в комп'ютерні ігри.

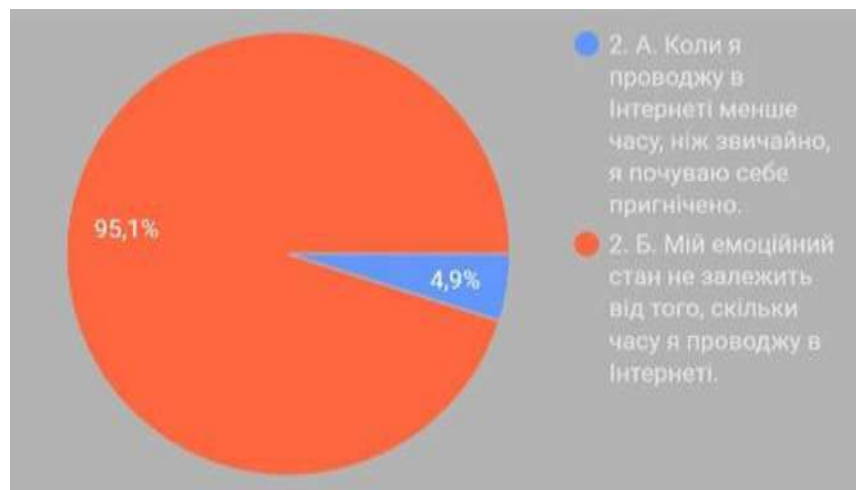


Рис. 2.3. Результати дослідження

Основні типи Інтернет-залежності включають:

- Пристрасть до віртуальних знайомств.
- Нав'язливу потребу в Інтернеті, яка проявляється у здійсненні покупок та участі у віртуальних аукціонах.
- Інформаційне навантаження, яке проявляється у нав'язливому web-серфінгу та безладному пошуку інформації.
- «Гейм-залежність», або пристрасть до комп'ютерних ігор.

Розглядаючи вплив комп'ютера та Інтернету на соціокультурний розвиток, ми можемо виокремити важливі аспекти, такі як відхід у світ фантазій та втеча від реальності через соціальні мережі. Важливо зазначити, що існують концепції, які порівнюють вплив комп'ютерних ігор з впливом наркотиків. Наше дослідження дозволить нам отримати більш глибоке розуміння проблеми комп'ютерної та Інтернет-залежності, а також розробити

ефективні стратегії профілактики та управління цими видами залежності.

Перші два запитання опитувальника передбачають виявлення стану використання мережі Інтернет та того, скільки часу перебувають у кіберпросторі. Мною виявлено, що переважна більшість дорослих (51%) коли їм сумно або самотньо, зазвичай виходять в Інтернет і тільки (49%), не почувають необхідності вийти в Інтернет тоді, коли у них поганий настрій. Отже можна зробити висновок що дорослі зараз досить часто користуються послугами мережі Інтернет.

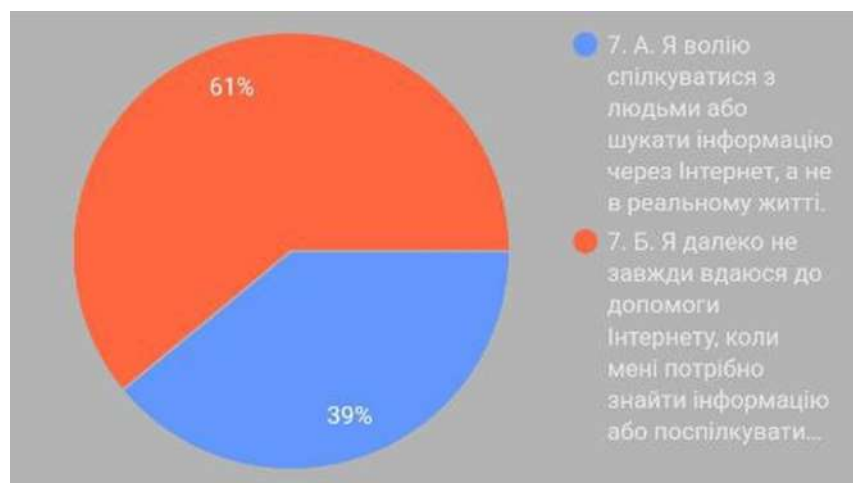


Рис. 2.4. Результати дослідження

Для вивчення ситуації щодо інтересів респондентів у мережі Інтернет та значення Інтернет-спілкування для особистості були використані наступні запитання опитувальника. Виявилось, що більшість дорослих респондентів, а саме 20 осіб (66%), віддають перевагу спілкуванню з людьми та пошуку інформації через Інтернет, ніж в реальному житті. Тільки 10 дорослих (34%) використовують Інтернет лише для спілкування з друзями, і не завжди звертаються до нього, коли потрібна інформація. Відповіді респондентів на третє запитання показали, що використання Інтернету не впливає на їхні відносини з людьми або на навчання. Таку думку висловили 20 дорослих (66%), і лише 10 осіб (34%) відчують, що їхня захопленість Інтернетом впливає на навчання, роботу та відносини з людьми поза Інтернетом. Ці відповіді свідчать про те, що для дорослих можливо існує недостатньо

розвинена сфера дозвілля, оскільки їх вільний час «заповнюється кіберпростором».

За допомогою наступних запитань я намагалася визначити думку респондентів щодо існування проблеми Інтернет-залежності серед сучасних дорослих, а також виявити можливі ознаки такої залежності у них самих. Результати показали, що на питання «Чи більшість моїх знайомих знає, скільки часу я проводжу в Інтернеті?» та «Чи часто намагаюся я зменшити кількість часу, що я проводжу в Інтернеті?» однакова кількість дорослих 46% відповіли позитивно. І 54% зазначили, що багато їхніх знайомих не знають, скільки часу вони насправді проводять в Інтернеті, і вони не намагаються зменшити цей час. Це дозволяє зробити висновок, що не всі дорослі визнають проблему Інтернет-залежності серед нинішнього покоління. Ці результати свідчать про те, що дорослі відсторонюються від даної проблеми, не бажаючи помічати її у собі.

Відповіді на наступне запитання анкети дозволили констатувати, що серед визначальних ознак Інтернет-залежності, які респонденти спостерігали за собою, є: значна кількість часу, проведеного в мережі Інтернет 74%, нездатність припинити роботу за комп'ютером 46%, відчуття ейфорії чи піднесеності під час роботи за комп'ютером 26%.

Дослідження думки респондентів щодо існування та впливу Інтернету на процес соціалізації особистості свідчило, що більшість учасників 66%, усвідомлюють наявність негативного впливу Інтернету на формування особистості. За думкою респондентів, час, проведений в мережі, може сприяти розвитку й становленню особистості та суспільства загалом; серед позитивних аспектів, відзначених респондентами, є можливості пошуку інформації та здобуття досвіду спілкування. Однак 34% вважають, що Інтернет призводить до відірваності від реального життя, втрати «живого» спілкування з ровесниками, зменшення рівня життєвого досвіду, а також негативно впливає на здоров'я та може надавати доступ до антигуманної інформації.

2.3. Особливості стабілізації психічного стану особистості різноманітними засобами (порівняльний аналіз)

Навчання розраховане на 20 годин, розподілених протягом 1,5-2 годин щотижня протягом 7 тижнів. Мета цих програм - профілактика та зниження вербальної агресії у сучасної молоді, а також вивільнення негативних емоцій.

Основними завданнями цих програм є:

Зниження рівня агресивності серед учасників.

Допомога у встановленні спільного спілкування з однокласниками.

Обговорення поняття словесна агресія та виявлення власних якостей.

Для проведення цих програм необхідні наступні матеріали: кольоровий папір, ручки, фліпчарт, маркери, картки завдань та документ.

Однією з тренувальних вправ є наступне:

Вправа 1.

Час введення: 5 хвилин.

Мета: підвищення самооцінки та отримання підтримки групи.

Хід вправи: всі учасники стають в коло. Один з учасників виходить в центр, називає своє ім'я та те, що їм подобається або що може бути добре. У відповідь всі інші кажуть: у тебе все виходить добре! та піднімають великий палець вгору.

Вправа 2.

Час пов'язки: 2 хвилини.

Мета: визначення рівня обізнаності учасників щодо даної теми.

Хід виконання вправи: учасники позначають асоціації словом агресія. Усі асоціації реєструються, після чого тренер їх читає та надає інформаційне повідомлення.

Це лише декілька прикладів тренувальних вправ, які можна включити до коригуючої програми та програми розвитку з метою покращення самопочуття та зменшення вербальної агресії серед молоді.

Агресивна поведінка є складною та різноманітною, і вона може приймати різні форми в залежності від ситуації та особистих характеристик індивіда. Основними формами агресивної поведінки є фізична агресія, негативізм, недовіра, словесна агресія та самонагресія. Кожна з цих форм має свої особливості та наслідки. Фізична агресія полягає в застосуванні фізичного насильства щодо іншої людини. Негативізм виявляється у спротиві проти управління і встановлених правил. Недовіра, в свою чергу, проявляється у відчутті недовіри до інших людей і переконанні, що вони мають намір заподіяти шкоду. Словесна агресія включає в себе вираження своїх почуттів через конфлікти, образи та приниження. Самонагресія - це агресія, спрямована проти самого себе.

Агресивна поведінка може з'являтися як спосіб задоволення потреб у спілкуванні, самовираження та самоствердження, реакція на неблагополучну домашню обстановку або досягнення значущої мети. У дорослому віці агресивна поведінка може бути свого роду захисним механізмом.

З огляду на всі фактори, що впливають на розвиток агресивної поведінки, можна запобігти або обмежити прояви цих форм агресії. При роботі з агресивними людьми важливо проявляти стриманість, терпіння та розуміння. Важливо пам'ятати, що особи, які виявляють агресію, можуть самі страждати від власних негативних емоцій та потребують допомоги у вирішенні внутрішніх проблем. Агресивні люди повинні розуміти, що їхні дії можуть вплинути на те, як їх сприймають інші, та що агресія не приносить полегшення. Тому важливо сприяти розвитку в них емоційного і соціального інтелекту, розуміння власних почуттів та вміння ефективно взаємодіяти з іншими.

Агресія, як поведінкова реакція, може виявлятися у різних формах та проявлятися у різних сферах життя. Основна її характеристика полягає в наявності загрози або завданні шкоди іншим особам. У нашому повсякденному житті ми можемо спостерігати різноманітні випадки агресивної поведінки, які ілюструють цю тенденцію.

Наприклад, сцена, коли старшокласник вимагає гроші від молодшого учня на шкільному подвір'ї, може бути прикладом агресії, оскільки вона створює загрозу для молодшого учня та намагається завдати йому шкоди. Іншим прикладом є ситуація в класі, коли діти переміщують портфель нового учня з одного столу на інший, утруднюючи йому можливість мати власне робоче місце та встановити контакти з іншими дітьми. Це також може бути розглянуто як форма агресії, оскільки ця дія створює негативні умови для нового учня та обмежує його можливості.

У кіно та літературі ми часто можемо спостерігати сцени, де герої виявляють агресивну поведінку, наприклад, сцена, коли герой фільму спалює тіло жертви. Це є прикладом екстремальної фізичної агресії, яка може призвести до серйозних наслідків. Словесна агресія також є поширеною формою агресивної поведінки, оскільки вона може завдати шкоди через образи, приниження та конфліктні ситуації.

Богохульство також може бути розглянуто як форма агресії, оскільки воно може викликати образу та негативні емоції у віруючих. Для протидії агресії в суспільстві важливо впроваджувати програми та заходи, спрямовані на попередження конфліктів, підвищення емоційної та соціальної компетентності особистості, а також на виховання толерантності та поваги до інших. Тільки за умови зрозуміння та прийняття різниці можна створити сприятливі умови для побудови мирного та гармонійного суспільства. Таким чином, агресія є складним та різноманітним явищем, і для її подолання необхідна системна робота у всіх сферах життя та виховання.

В контексті практичних заходів для управління агресією, важливо розглядати методи, які допомагають позбавитися від негативних емоцій та сприяють подоланню конфліктних ситуацій.

Вправа «Скарбничка чайових» спрямована на розробку рекомендацій для подолання агресивності та впровадження кращих практик у спілкуванні з агресивно налаштованими людьми. Учасники вправи об'єднуються у невеликі групи і отримують «документ порад щодо позбавлення від агресії».

Цей документ містить список порад та стратегій, які можна використовувати у випадках конфліктних ситуацій. Кожен учасник отримує такий документ і має можливість вивчити його.

Однією з порад є спроба усно домовитися з розсердженою людиною, не перериваючи її та погоджуючись з її претензіями, навіть якщо вони здаються помилковими. Це може допомогти заспокоїти їх та знизити рівень напруги у ситуації. Іншою рекомендацією є пропозиція варіантів рішень та спроба перенаправити розсерджену особу на позитивні шляхи дії. Це може включати запропонування альтернативних шляхів вирішення проблеми та спільну роботу над знаходженням рішення. Також важливо визначити саму проблему у конфліктній ситуації та спробувати знайти спільне рішення. Поділіться з розсердженою особою своїми почуттями та покажіть, що ви розумієте її, що ця проблема також турбує вас особисто.

Загальний підхід до вирішення проблеми може виявитися ефективним, оскільки він допомагає відвернути агресію та сприяє спільному розв'язанню проблеми. Спільна робота над знаходженням рішення може створити позитивний клімат у спілкуванні та допомогти подолати конфлікт. Ці рекомендації є лише деякими з можливих стратегій управління агресією та можуть бути використані в різних ситуаціях. Важливо враховувати індивідуальні особливості кожної конкретної ситуації та використовувати ті методи, які найбільш відповідають її контексту.

Вправа: «Піти, щоб залишитися».

У контексті тренування та розвитку групової динаміки, часто зустрічається ситуація, коли учасники виявляють небажання працювати разом у групі. Вони можуть демонструвати виразне незадоволення та прагнення покинути приміщення, навіть якщо вони фактично залишаються на місці. У таких випадках корисно використовувати практики релаксації та візуалізації, щоб зняти напругу та покращити атмосферу спілкування.

Пропонуючи учасникам вправи уявити себе в будь-якому місці, яке їм подобається, ведучий стимулює їх уяву та допомагає відкрити доступ до внутрішнього стану комфорту та задоволення. Це може бути спокійне місце в природі або уявний острів спокою у центрі метушливого міста. Під час візуалізації учасники мають можливість відчувати себе знову зарядженими енергією та готовими до продовження роботи.

Вправа починається зі сидіння, закриття очей та проведення кількох глибоких видихів. Учасникам пропонується згадати час, коли вони відчували себе настільки щасливими та задоволеними, що бажали би залишитися в цьому стані назавжди. Під час візуалізації, вони уявляють себе у цьому місці, досліджуючи деталі та насолоджуючись кожним моментом.

Наступним етапом вправи є подарунок, який уявно знаходиться перед учасниками. Вони мають можливість доторкнутися до нього, дослідити його та зрозуміти, що цей подарунок є виразом любові та підтримки. Завершення вправи включає декілька глибоких видихів та відчуття подяки за можливість пережити цей момент. Після виконання вправи, учасники запрошуються поділитися своїми враженнями та розповісти, як вони відчували себе під час візуалізації та як вони сприйняли свій «подарунок». Ці розмови сприяють збільшенню взаєморозуміння між учасниками групи та зміцнюють їх зв'язок.

Вправа «Оле Нелі» - це ефективний інструмент для розслаблення та стимулювання гумористичного сприйняття учасників. Спрямована на створення позитивної атмосфери в групі, вона особливо ефективна у невеликих групах, хоча може бути адаптована й для великих груп, розділивши їх на менші підгрупи. Перед початком вправи важливо створити певну атмосферу та залучити учасників до ігрового процесу. Розповідь про древній Кавказький ритуал, пов'язаний із пошуком зниклого вождя, додає загадковості та інтриги, а також активізує уяву учасників.

Хід вправи наступний:

Учасники формують коло. Один з них починає гру, звернувшись до свого сусіда з правого боку і запитуючи: «Ти не бачив ОЛЕ Нелі Нішикова?»

Під час цього запитання учасники не повинні посміхатися.

Правий сусід відповідає, заявляючи, що не бачив зниклого вождя, і обіцяє запитати свого сусіда.

Таким чином, запитання переходить по колу. Учасники по черзі запитують один одного, при цьому намагаючись залишатися серйозними. Проте вони мають можливість додати додаткові коментарі або жарти, що можуть викликати сміх.

Будь-який учасник, який посміхнеться або розсміється, виключається з гри. Ця вправа сприяє не лише розслабленню та підвищенню настрою, а й розвитку комунікаційних навичок і сприйняття гумору. Вона дозволяє учасникам відчувати теплу атмосферу співпраці та взаєморозуміння, що сприяє покращенню взаємодії в групі.

Вправа «Очищення» є ефективним методом для відшукування та позбавлення учасників від проблем та занять повсякденного життя, що може заважати їхній продуктивності. Ця вправа надає можливість учасникам відкрито висловити свої думки, почуття, проблеми та радощі, дозволяючи їм на деякий час відчувати полегшення та повністю зосередитися на навчальному процесі.

Хід вправи такий:

Учасники розділяються на пари. Кожній парі дається хвилина на те, щоб поспілкуватися про свої проблеми, думки, почуття та радощі, які вони приносять із собою на заняття. Під час обговорення один учасник говорить, а інший просто слухає, не перериваючи та не висловлюючи своїх коментарів. Після двох хвилин ролі обмінюються.

Після того, як всі пари обговорять свої проблеми, вони підходять до ведучого, який має кошик для «проблем і негативу». Учасники мають можливість символічно покласти свої проблеми в цей кошик.

Якщо всі проблеми «присутні» в кошику, ведучий запрошує учасників повернутися до них в кінці заняття, якщо вони захочуть.

Вправа «Очищення» сприяє зосередженню учасників на навчальному процесі, звільняючи їх від негативних думок та емоцій, що можуть відволікати їхню увагу від завдань. Вона також сприяє покращенню комунікаційних навичок та підвищенню емоційного благополуччя учасників.

Вправа «Пік досвіду» (10 хвилин)

Ця робота допоможе вам інтегрувати позитивні та радісні відчуття. Кожен член групи записує якомога більше кращих вражень. Просунутий досвід-це моменти найвищого щастя і радості.

Це найщасливіші моменти в її житті. Запишіть лише кілька ключових слів для кожного експерименту, наприклад: «час сходу сонця на березі». Розділіть групу на підгрупи по два-три людини, і нехай всі поділяться своїм піковим досвідом. Наведіть приклади експериментів, наприклад, «на природі, з моїми батьками, з моїми однокласниками і т.д».

Вправа «Споглядання внутрішньої дитини» спрямована на те, щоб допомогти учасникам зосередитися на своєму внутрішньому світі та відновити зв'язок із своєю дитинством. Ця вправа дозволяє учасникам відчувати емоції та досвід дитинства, а також надає можливість виявити ніжність та любов до себе.

Хід вправи такий:

Учасники уявляють себе на березі великого спокійного озера, спостерігаючи за сонячним світлом, відчуваючи легкий вітерець, запахи та звуки навколо себе. Вони задають собі питання про свої почуття та думки.

Після цього учасники розслабляються ще більше і уявляють спокій цього озера, відчуваючи його вплив на своє тіло. Вони звертають увагу на внутрішні почуття та дозволяють собі повністю розслабитися.

Далі учасники уявляють себе дітьми віком до десяти років і намальовують себе дитиною протягом 5 хвилин.

Потім учасники споглядають свою внутрішню дитину, надаючи йому любов та тепло. Вони беруть його за руку та танцюють разом, відчуваючи радість та сміх дитини.

На заключному етапі учасники обіймають свою внутрішню дитину і цілують її, виражаючи свою ніжність та любов. Вони нагадують собі, що це частина них, з якою вони повинні дбати та берегти.

Вправа «Споглядання внутрішньої дитини» допомагає учасникам поглибити свій внутрішній світ, відновити зв'язок із своїм дитинством та виразити любов та ніжність до себе.

Останні роки свідчать про зростання інтернет-індустрії та покращення доступу до мережі Інтернет, що сприяє активному залученню молоді до онлайн-середовища. Результатом цього стало значне збільшення кількості респондентів, які виявляють схильність до інтернет-залежності.

У рамках експертної оцінки рівнів агресивності за методикою Г. Лаврентьєвої та Т. Титаренко встановлено, що вище середнього рівня агресивності виявлено лише у 4 (13%), тоді як у більшості (87%) спостерігався низький рівень агресивності. Варто зазначити, що оцінки агресивності, отримані від батьків та шкільного психолога, були трохи вищими. За результатами діагностування інтернет-залежності за методикою А. Жичкіної виявлено, що лише 18 (63%) не проявляли схильності до залежності від Інтернету, в той час як 8 (24%) виявили таку схильність, а 4 (12%) вже можна вважати інтернет-залежними.

Особливо важливою є тенденція до зростання кількості молоді, яка проявляє ознаки інтернет-залежності. Інтернет-залежність є актуальною проблемою, на яку потрібно звернути увагу шкільних психологів та батьків для вчасного виявлення та запобігання. Зростання доступу до Інтернету та інтенсивний розвиток онлайн-середовища призвели до збільшення кількості, які виявляють схильність до інтернет-залежності. Отримані дані свідчать про те, що значна частина молоді відчуває потребу в постійному зануренні в інтернет-світ, що може мати негативний вплив на їхній психологічний стан та соціальні взаємини.

ВИСНОВКИ

1. На основі теоретичного аналізу визначити поняття вербальної агресії та описати особливості формування вербальної агресії у дорослих. У сучасній літературі немає єдиної думки щодо проблеми зв'язку інтернет-залежної поведінки і агресивності. Скоріше, відзначається потреба у вивченні третього фактору, який може впливати на обидва ці феномени. Такий фактор може бути ключем до розуміння зв'язку між інтернет-залежністю та агресивними проявами. Перший розділ дослідження дозволив розглянути теоретико-методологічні засади цієї проблеми. Вивчення поняття вербальної агресії та особливостей її формування у дорослих дало можливість краще зрозуміти механізми виникнення та розвитку цього явища. Виявлено, що агресія може бути результатом інтернет-залежної поведінки, а вплив інтернет-ресурсів на формування вербальної агресії є неоспоримою реальністю.

2. На основі теоретичного аналізу існуючих досліджень розглянути вплив інтернет ресурсів на формування вербальної агресії у дорослих. У процесі дослідження впливу Інтернету було виокремлено п'ять ключових змін, які відбуваються в процесі соціалізації в інформаційну епоху. Ці зміни включають перетворення вищих психічних функцій, зміни механізмів формування особистості, виникнення нових психологічних контактів і феноменів, появу нових форм взаємин та зміну соціальних практик в культурі. Інтернет-залежність є патологічною пристрастю до використання Інтернету, що може мати негативний вплив на психічне та фізичне здоров'я. Серед основних причин такої залежності виступають самотність, соціальна дезадаптація, пошук нових відчуттів, депресія та інші психічні відхилення. Люди залучаються до Інтернету через можливість уникнення реальності, анонімність у взаємодії, реалізацію фантазій та необмежений доступ до інформації.

3. На основі проведеного емпіричного дослідження впливу інтернет-ресурсів та формування вербальної агресії розробити рекомендації щодо стабілізації психічного стану особистості різноманітними засобами. У другому розділі проведено емпіричне дослідження впливу інтернету на формування вербальної агресії у дорослих. Організація та методи експериментального дослідження дозволили отримати об'єктивні дані про цей процес. Порівняльний аналіз особливостей стабілізації психічного стану особистості різноманітними засобами дав можливість виокремити фактори, що сприяють або стримують вербальну агресію в онлайн-середовищі. Розуміння та вивчення цих факторів є важливими для розробки ефективних стратегій запобігання та лікування інтернет-залежності. Подальші дослідження у цьому напрямку можуть пролити світло на складність взаємозв'язків між соціально-психологічними факторами та використанням Інтернету, що допоможе в розробці ефективних програм інтервенції та підтримки для молоді. Сучасне суспільство ще не сформулювало чітких норм або визначень щодо «жорстокого поведіння» або «прояву агресії» в онлайн-середовищі. Такий досвід може бути важко виявити та класифікувати через відсутність чітких норм та недолік спілкування. Крім того, неповнолітні, що потрапили в ситуації цькування або негативного впливу, можуть не усвідомлювати повну шкоду, яку це може заподіяти їм, оскільки вони не бачать перед собою реального загрози. Згідно з дослідженнями, деанонімізація в Інтернеті є неминучою тенденцією. Однак, введення кримінальної відповідальності може не мати бажаного ефекту, оскільки це може привести до помилкового притягнення людей до кримінальної відповідальності та збільшення напруги. Ситуація вимагає уважного та неспішного впровадження заходів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андреев Ю.С. Причины возникновения подліткової агресії в сучасному середовищі. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*. Серія «Педагогічні науки». 2014. № 5(1). С. 148–157. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/vlup_2014_5%281%29 19.
2. Арнц А., Якоб Г. Схема-терапія: модель роботи з частками. Львів: Свічадо, 2014. 264 с.
3. Балакірева О. «Цькування у шкільних колективах (булінг): політики і практики запобігання та подолання» : міжнар. наук.-практ. конф. 26 жовтня 2018 р., м. Київ. Громадська організація «Український інститут соціальних досліджень імені Олександра Яременка». URL: http://kubg.edu.ua/images/stories/podii/2018/10_26_bullying_02.pdf.
4. Блискун О.О. Кіберагресія: сучасна техніка психологічної допомоги засобами Інтернет-середовища. *Психологічні перспективи*. Спеціальний випуск. Становлення особистості як суб'єкта життєвого шляху. Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. 2011. Т. 2. С. 177–187
5. Блискун О.О. Модель агресивної поведінки молоді в мережі Інтернет. *Психологія і суспільство*. 2012. № 4(50). С. 154–160
6. Блискун О.О. Розробка моделі системної репрезентації молоддю мережі Інтернет на основі теорії поля К. Левіна. *Вісник Дніпропетровського університету економіки та права імені Альфреда Нобеля*. Серія педагогіка і психологія. Дніпропетровськ, 2012. № 1(3). С. 81–88
7. Блискун О.О. Система соціально-психологічних чинників, що детермінують агресивну поведінку молоді в мережі Інтернет. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. Збірник наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимир Даля. 2012. № 2(28). С. 41– 54

8. Боева Е. В. Вербальна агресія та засоби її вираження у сучасному соціумі. *Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету ім. К. Д. Ушинського*. Лінгвістичні науки. 2011. № 13. С. 46–54. URL.: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvripu_2011_13_10
9. Боковець, Ольга Ігорівна. Феномен психологічного насилля: сутність, особливості та форми прояву. 2021. 78 с.
10. Бондаровська В. Робота з особами, які вчинили насильство у сім'ї. *Психолог*. 2010. № 21–22. С. 10–11
11. Будуємо майбутнє разом: програма профілактики конфліктів та правопорушень серед учнівської молоді / за заг. ред. Т.В. Журавель, М.А. Снітко. Київ : 2016. С. 249-412
12. Вовк Н. Явище тролінгу в Інтернеті як загроза інформаційному суспільству. *Інформація, комунікація, суспільство*. Матеріали 2-ої Міжнародної наукової конференції ІКС-2013 (16–19 травня 2013 року). Львів: Видавництво Львівської політехніки, 2013. 104–105с.
13. Волянська О.В. Проблема агресивної поведінки підлітків: фактори та механізми соціалізації. *Вісник «Національна академія україни ім. Ярослава Мудрого»*. Серія «Соціологія». том 3, №30 (2016). URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/vnyuac_2016_3_13.
14. Воропаєва Т. Конфліктизація культурно- історичного простору українства в умовах сучасних загроз: теорія і практика. *Українознавчий альманах*. 2019. № 25. С. 34–43
15. Гошовський Я.О. Ресоціалізація девіантної поведінки важковиховуваних підлітків. *Молодіжна політика: проблеми і перспективи*. Збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції. Дрогобич: Вимір, 2005. С. 302-310
16. Гуменюк Л. Й. Соціально-психологічні фактори інтернет-адикції. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*, 2013. С. 10-19

17. Дзюба Т.М. Віртуальна агресія як результат інтернет-залежної поведінки підлітків. *Вісник післядипломної освіти*. Серія «Соціальні та поведінкові науки». 2017. Вип. 3. С. 67–78. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/vispdoso_2017_3_9
18. Іванова В.В. Причини та форми агресивної поведінки підлітків. *Практична психологія та соціальна робота*. 2000. № 5. С. 14-16
19. Ільїна Н.М. Конфлікти в загальноосвітній школі : навч. посіб. Суми : Унів. книга, 2015. 182 с.
20. Інтернет-залежність як новий феномен сучасного світу: сутність і проблеми. Київ: НІСД, 2011. 47 с.
21. Кадигроб, Катерина Геннадіївна. Соціально-психологічні особливості протидії булінгу серед підлітків у закладах освіти. 2023. 89 с.
22. Камінська О. В. Інтернет-залежність як актуальна проблема сьогодення. *Наукові записки Національного університету "Острозька академія"*. Психологія і педагогіка. 2013. Вип. 22. С. 41-45
23. Канарова О. В., Єрмоліна В. А. Агресивна поведінка підлітків в міжособистісних стосунках. *Актуальні проблеми державного управління, педагогіки та психології*. 2013. Вип. 2. С. 274-280
24. Карандашева О. В. Робота практичного психолога з учнями, схильними до адиктивної поведінки. *Тренінгові, соціально-реабілітаційні і навчальні програми із формування здорового способу життя в учнівській студентської молоді*. Київ : Ніка-Центр, 2018. С. 59–67
25. Карпенко З. С. Аксіологічна психологія особистості. Івано-Франківськ: ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», 2018. 720 с.
26. Карпова Л. Г. Методика «Діагностика комунікативної соціальної компетентності» (КСК). Теоретико-методичні засади створення освітньо-розвивального середовища в спеціалізованих закладах загальної середньої освіти для обдарованих дітей : додатки. Харків, 2019. 370 с. URL: <http://lib.znau.edu.ua/jirbis2/images/phocagallery/2017/>

Pryklady_DSTU_8302_2015.pdf

27. Качанова Ю. В. Агресивність та агресія як соціологічні категорії. *Наукові праці Чорноморського державного університету імені Петра Могили*. Сер. : Соціологія. 2010. Т. 146, Вип. 133. С. 50-54.

28. Кокарча Ю.А. Тролінг як засіб політичної маніпуляції в Інтернет-просторі. *Науковий часопис НПУ імені Михайла Драгоманова*. Серія 22: Політичні науки та методика викладання соціально-політичних дисциплін. 2016. № 20. С. 77–82

29. Литвинчук Л., Чистяк О. Розвиток символічного засобу комунікації особистості методами музичного впливу: психофізіологічне дослідження на основі візуального та звукового біологічного зворотного зв'язку. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України*. Серія: психологічні науки. 2019. № 1. С. 158-165

30. Литвинчук Л. Толерантність та агресія як біполярні складові спілкування в інтернеті. *Перспективи та інновації науки*. 2022. С. 67

31. Малишева М. Вираження вербальної агресії в коментарях соцмережі Facebook. *Вісник Одеського національного університету*. Філологія 25.2. 2020. С. 58-63

32. Миколайчук, Анастасія Вадимівна. Психологічні причини девіантної поведінки підлітків. 2023. 67 с.

33. Нікітіна А. В. Дискурсна особистість як лінгводидактичне поняття. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського*. Педагогічні науки. 2015. № 4 (51). Миколаїв : МНУ імені В. О. Сухомлинського. С. 271–282

34. Носакова Т. О. Інтернет-залежність як новий феномен сучасного світу: сутність і проблеми. Київ : НІСД, 2011. 47 с.

35. Проценко, Яна Сергіївна. Вплив комп'ютерних ігор на особистість юнаків. 2023. 78 с.

36. Щербан, Тетяна Дмитрівна, О. С. Самойлов. Проблема агресивності студентської молоді у процесі віртуального спілкування. 2023. 86 с.
37. Як розпізнати Інтернет-тролів та чому з ними краще не сперечатися. URL:: <https://eset.ua/ua/blog/view/115/kak-raspoznat-internet-trolley-ipochemu-s-nimi-luchshe-ne-sporit>
38. Gianini RJ, Litvoc J, Neto JE. Physical violence and social class. *Rev Saude Publica*. 1999. P. 180–186
39. Henry DB, Farrell AD, Schoeny ME, Tolan BH, Dymnicki AB. Influence of school-level variables on aggression and associated attitudes of middle school students. *J Sch Psychol*. 2011. P. 481–503
40. Huesmann LR, Moisc-Titus J, Podolski C, Eron LD. Longitudinal relations between children's exposure to TV violence and their aggressive and violent behaviour in young adulthood: 1977-1992. *Dev Psychol*. 2003. P. 201–221.
41. Karriker-Jaffe KJ, Foshee VA, Ennett ST, Suchindran C. The development of aggression during adolescence: sex differences in trajectories of physical and social aggression among youth in rural areas. *J Abnorm Child Psychol*. 2008. P. 1227–1236
42. Kassinove H, Sukhodolsky DG (1995). Anger disorders: basic science and practice issues. *Anger disorders: definition, diagnosis, and treatment*. Washington, DC: Taylor and Francis. P. 1–26.
43. Simeone-DiFrancesco C., Roediger E. & Stevens B. Schema Therapy with Couples. F Practitioner's Gusde to Healing Relationships. Oxford: John Wiley & Sons, Ltd, 2015. 286 p.
44. Yakovytska, L.S., Pomytkina, L.V., Synyshyna, V.M., Ichanska, O.M., Hordiienko, K.O. Computer addiction as a new way of personal self-realization of student youth. *Journal of Physics: Conference Series, XIV International Conference on Mathematics, Science and Technology Education (Icon-MaSTEd)*, P. 18-20. May 2022. Kryvyi Rih, Ukraine. 2022. DOI: doi:10.1088/1742-6596/2288/1/012040

ДОДАТКИ

Додаток А

Шкала Інтернет-залежності (А. Жичкіна)

1. А. Коли мені сумно або самотньо, я звичайно виходжу в Інтернет.
1. Б. Я не відчуваю необхідності вийти в Інтернет тоді, коли в мене поганий настрій.
2. А. Коли я проводжу в Інтернеті менше часу, ніж звичайно, я відчуваю себе пригнічено.
2. Б. Мій емоційний стан не залежить від того, скільки часу я проводжу в Інтернеті.
3. А. Я відчуваю, що моє захоплення Інтернетом заважає моєму навчанню, роботі або відносинам з людьми поза Інтернетом.
3. Б. Використання Інтернету не заважає моїм відносинам з людьми, навчанню або роботі.
4. А. Багато моїх знайомих не знають, скільки часу я насправді проводжу в Інтернеті.
4. Б. Більшість моїх знайомих знає, скільки часу я проводжу в Інтернеті.
5. А. Я часто намагаюся зменшити кількість часу, що я проводжу в Інтернеті.
5. Б. Я не намагаюся зменшити кількість часу, що я проводжу в Інтернеті.
6. А. Коли я не в Інтернеті, я часто думаю про те, що там відбувається.
6. Б. Коли я не в Інтернеті, я рідко думаю про нього.
7. А. Я волію спілкуватися з людьми або шукати інформацію через Інтернет, а не в реальному житті.
7. Б. Я далеко не завжди вдаюся до допомоги Інтернету, коли мені потрібно знайти інформацію або поспілкуватися.

Ключі.

Вибір варіанта «А» оцінюється в 1 бал, вибір варіанта «Б» - 0 балів. Норми: схильними до інтернет-залежності вважаються досліджувані з балами по шкалі Інтернет-залежності 3 і вище, не схильними до інтернет-залежності - з балом 0-2 по цій шкалі. Інтернет-залежними в точному значенні слова вважаються ті, хто набирає 6-7 балів по цій шкалі.

Тест Інтернет-залежність (розроблений А. Жичкіною)

Ключ:

Вибір варіанта «А» оцінюється в 1 бал, вибір варіанта «Б» - 0 балів. Норми: схильними до інтернет-залежності вважаються досліджувані з балами по шкалі Інтернет-залежності 3 і вище, не схильними до інтернет-залежності - з балом 0-2 по цій шкалі. Інтернет-залежними в точному значенні слова вважаються ті, хто набирає 6-7 балів по цій шкалі.

1.А. Коли мені сумно або самотньо, я звичайно виходжу в Інтернет.

1. Б. Я не відчуваю необхідності вийти в Інтернет тоді, коли в мене поганий настрій.

2.А. Коли я проводжу в Інтернеті менше часу, ніж звичайно, я відчуваю себе пригнічено.

2. Б. Мій емоційний стан не залежить від того, скільки часу я проводжу в Інтернеті.

3.А. Я відчуваю, що моє захоплення Інтернетом заважає моєму навчанню, роботі або відносинам з людьми поза Інтернетом.

3. Б. Використання Інтернету не заважає моїм відносинам з людьми, навчанню або роботі.

4. А. Багато моїх знайомих не знають, скільки часу я насправді проводжу в Інтернеті.

4. Б. Більшість моїх знайомих знає, скільки часу я проводжу в Інтернеті.

5.А. Я часто намагаюся зменшити кількість часу, що я проводжу в Інтернеті.

5. Б. Я не намагаюся зменшити кількість часу, що я проводжу в Інтернеті.

6.А. Коли я не в Інтернеті, я часто думаю про те, що там відбувається.

6.Б. Коли я не в Інтернеті, я рідко думаю про нього.

7.А. Я волію спілкуватися з людьми або шукати інформацію через Інтернет, а не в реальному житті.

7.Б. Я далеко не завжди вдаюся до допомоги Інтернету, коли мені потрібно знайти інформацію або поспілкуватися.

Результати дослідження

[https://docs.google.com/forms/d/1uiCWvoPE4rVeL2zL-](https://docs.google.com/forms/d/1uiCWvoPE4rVeL2zL-5nNfjLm0JTEYNfvF0HYCxohGtQ/viewform?edit_requested=true)

[5nNfjLm0JTEYNfvF0HYCxohGtQ/viewform?edit_requested=true](https://docs.google.com/forms/d/1uiCWvoPE4rVeL2zL-5nNfjLm0JTEYNfvF0HYCxohGtQ/viewform?edit_requested=true)

