

УДК 159.923:[316.77:004.77]
DOI 10.31494/2412-9208-2023-1-1-76-83

THEORETICAL ASPECTS OF PSYCHOLOGICAL NATURE INTERNET COMMUNICATION OF PERSONALITY

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПРИРОДИ ІНТЕРНЕТ-КОМУНІКАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

Iryna SUBASHKEVYCH,
Candidate of Psychological
Sciences, Associated Professor

Ірина СУБАШКЕВИЧ,
кандидат психологічних наук,
доцент

IRASUB@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0003-0453-3587>

Ivan Franko National University of
Lviv,

Львівський національний
університет імені Івана Франка,

✉ 6, Tuhan-Baranovskoho str.,
Lviv, 79005, Ukraine

✉ вул. Туган-Барановського, 6,
м. Львів, 79005, Україна

Original manuscript received: March 15, 2023

Revised manuscript accepted: March 20, 2023

ABSTRACT

The article provides a theoretical analysis of the psychological nature of internet communication of personality. We have described the key skills for effective communication on the Internet (correct use of language, ability to listen and respond to the other party, ability to conduct dialogues, use of appropriate tone and manner of behavior, respect for privacy and security, acceptance of criticism and responsibility for one's own actions).

We have analyzed the main psychological aspects of Internet communication. Anonymity (the Internet provides an opportunity to leave anonymous messages and comments, what can lead to the fact that people behave less responsibly and treat other people less carefully). Development of empathy (interacting with people on the Internet can help develop empathy and the ability to perceive other people's feelings). Addiction (feeling dependent on Internet communication can have negative consequences for a person's psychological health). Social comparisons (Internet communication can cause an increase in social comparisons and feelings of dissatisfaction with one's life). Decreased interactivity (some people may experience greater distance and decreased interactivity during Internet communication compared to «live» communication).

We have revealed the most common risks for the individual in the Internet space. Cyberbullying: this is a form of online bullying and violence that can lead to damage to a person's mental and emotional health. Cybercrime: theft of personal information, phishing, malware. Internet addiction: spending a lot of time online can lead to mental and physical health problems. The impact of social media: the long-term use of social media can lead to negative effects on a person's mental and emotional health, such as depression, anxiety and feelings of loneliness. The spread of false and harmful information: you can find a lot of false and harmful information on the Internet, what can lead to the spread of negative stereotypes and distortion of facts. We have described the rules of interaction and the Internet space.

Key words: *Internet communication, Internet risks, Internet addiction, cyberbullying, cybercrime, personality.*

Вступ. Інтернет-комунікація є важливим складником сучасної соціальної взаємодії особистості зі світом. Вона може мати як позитивні, так і негативні наслідки для психологічного стану людини. Однією з теоретичних основ інтернет-комунікації є теорія медіа-ритуалів. Згідно з цією теорією Інтернет-комунікація може відігравати роль ритуалу, який допомагає людям зберігати та зміцнювати свої соціальні зв'язки. Ритуал може мати різноманітні форми: ритуали зустрічей та прощань, ритуали обговорення важливих тем, ритуали підтримки та підбурювання тощо.

З іншого боку, інтернет-комунікація може мати негативний вплив на психіку людини. Наприклад, часте використання соціальних мереж може призвести до розвитку соціальної залежності та викликати почуття відсутності власної цінності та прийняття. Крім того, Інтернет-комунікація може сприяти виникненню конфліктів та спричиняти стрес, особливо у випадках, коли вона здійснюється анонімно.

Ще однією з теорій, що пояснює психологічну природу Інтернет-комунікації, є теорія віртуальної реальності. Згідно з нею інтернет-комунікація може створювати віртуальні світи, які відрізняються від реального тим, що вони необмежені в просторі та часі.

Методи та методики дослідження. На основі теоретичного аналізу психолого-педагогічної літератури щодо Інтернет-комунікації визначено основні її психологічні аспекти та складники, описано ризики для особистості в інтернет-просторі.

Результати та дискусії. Сучасні інформаційно-комунікаційні Інтернет-технології відкривають для людини надзвичайні перспективи, надаючи можливості доступу до різновекторної інформації, що дозволяє набути соціальних знань, накопичити соціальний досвід, сформулювати життєві перспективи і завдання, реалізувати особистісний потенціал у найкоротші терміни. Водночас інформаційне суспільство має чисельні ризики і небезпеки в житті людини. В умовах колосальних обсягів інформації людям усе важче орієнтуватися в інформаційних потоках, отримуючи необхідний досвід і уникаючи маніпулювання свідомістю і поведінкою.

Специфічними ознаками віртуального комунікативного простору і опосередкованої комп'ютером міжособистісної взаємодії в науковій спільноті (О. Белинська, С. Бондаренко, О. Вознесенська, Л. Найдюнова, Дж. Салер, Н. Череповська, В. Фріндте та ін.) визнаються такі, як соціальність, «буттєвість», анонімність, «карнавалізація» взаємодії, емоційна насиченість, доступність, відсутність тілесності, трансформація просторових і часових координат.

Інформаційна сфера виступає системоутворювальним фактором життя сучасної людини [2:73]: інформація і знання набувають ознак основної перетворювальної сили суспільства; домінування засобів масової інформації та їх продуктів у формуванні картини світу, призначеної для широкого загалу; темпи циклів оновлення технологічного забезпечення і розвивальних технологій (і зокрема – інформаційно-комунікаційних) у різних сферах соціального життя значно переважають темпи зміни

покоління; умовою успіху особистості є безперервна освіта і здатність до мобільної перекваліфікації; якість життя людини залежить від умінь і навичок своєчасного знаходження, швидкого опрацювання, адекватного сприйняття та ефективного використання нової інформації при вирішенні актуальних задач; Internet виступає як глобальний інтегратор сегментування локальних груп, що випали із загальної ієрархії суспільства.

Ефективна інтернет-комунікація особистості – це вміння взаємодіяти з іншими користувачами Інтернету шляхом використання різноманітних комунікаційних інструментів, таких, як електронна пошта, соціальні мережі, месенджери та інші [4].

Для ефективної комунікації в Інтернеті необхідно мати деякі *ключові навички*, серед яких: 1. *Правильне використання мови*. Важливо користуватися правильною граматикою та орфографією, щоб ваші повідомлення були зрозумілі та професійні. 2. *Уміння слухати і реагувати на іншу сторону*. Комунікація – це двосторонній процес, тому важливо слухати інших і реагувати на їхні потреби та запитання. 3. *Уміння вести діалоги*. Інтернет-комунікація полягає в обміні ідеями та думками, тому важливо вміти вести діалоги та ставитися до думок інших з повагою. 4. *Використання відповідних тону та манери поведінки*. Важливо пам'ятати, що в Інтернеті ви взаємодієте з реальними людьми, тому використання відповідних тону та манери поведінки може позитивно вплинути на вашу комунікацію. 5. *Повага до приватності та безпеки*. Важливо дотримуватися правил приватності та безпеки в інтернеті: не розголошувати особисту інформацію та не відкривати підозрілі посилання. 6. *Прийняття критики та відповідальність за власні дії*. Критика може бути корисною, тому важливо приймати її і відповідати за свої дії. Якщо вам дійсно цікаво поліпшити свою Інтернет-комунікацію, вам необхідно приймати критику від інших користувачів інтернету і використовувати її, щоб поліпшити свої навички. Крім того, важливо бути відповідальним за власні дії в Інтернеті, не допускати образливих або непристойних повідомлень та вести себе з повагою до інших користувачів.

Структура людської психіки припускає безліч способів боротьби з інформаційним перевантаженням, але зараз ми живемо в таку епоху, спричинену відносно складними типами і видами інформації. Ті самі способи в психіці, які використовувалися в епоху до інтернету, можуть бути застосовані до нинішніх складніших потоків інформації. Таким чином, в сенсорно-перцептивному процесі саме сенс допомагає фільтрувати тонни надмірної інформації. На цьому складнішому рівні обробки інформації сенсу належить головна роль у подоланні інформаційної тривоги і фрустрації. Існує також безліч міркувальних евристик, які ми використовуємо для сортування й обробки складної інформації. Хоча вони збільшують розумову ефективність, але можуть швидко привести до спотворень. Широта Інтернету може додатково сприяти інформаційному перевантаженню, але вона також може сприяти процесу пошуку значень за допомогою організованих пошукових запитів [2:58].

Основні психологічні аспекти Інтернет-комунікації [3]:

1. *Анонімність*. Інтернет надає можливість залишати анонімні повідомлення та коментарі, що може призвести до меншої відповідальності та недбалою ставлення до інших людей. 2. *Розвиток емпатії*. Взаємодія з людьми в Інтернеті може допомогти розвинути емпатію та здатність сприймати почуття інших людей. 3. *Залежність*. Відчуття залежності від Інтернет-комунікації може мати негативні наслідки для психологічного здоров'я людини. 4. *Соціальні порівняння*. Соціальні мережі та інші форми Інтернет-комунікації можуть спричинити збільшення соціальних порівнянь та почуття незадоволення своїм життям. Цікавим феноменом тут виступає внутрішньо особистісний конфлікт між «бажаним» і «доступним», зумовлений демонстрацією «гарного життя» в медіа. Людина в соціальних мережах переглядає цікаві ролики про розкішне життя молодих людей і прагне наслідувати такий спосіб життя, не маючи при цьому достатньо коштів. 5. *Зниження інтерактивності*. Деякі люди можуть відчувати більшу віддаленість та зниження інтерактивності під час Інтернет-комунікації порівняно з комунікацією «наживу». Інтернет-комунікація може відбуватися із затримкою в часі (наприклад, через віддаленість між співрозмовниками) або через затримки в мережі, що може призвести до зниження інтерактивності та віддаленості від співрозмовника.

Крім того, Інтернет-комунікація може бути більш формалізованою та механічною, що спричиняє зниження рівня інтерактивності порівняно з комунікацією «наживу». У живій комунікації можна використовувати різноманітні форми невербальної комунікації (жести, міміка та тон голосу тощо), що можуть допомогти встановити зв'язок та підвищити інтерактивність.

Однак зростання популярності онлайн-платформ для спілкування, зокрема відеоконференції, може допомогти зберегти інтерактивність в Інтернет-комунікації та надати користувачам можливість спілкуватися більш ефективно.

Інтернет-простір може містити певні ризики для особистості, особливо якщо користувачі не усвідомлюють їх та не вживають заходів для запобігання. Деякі з найбільш поширених *ризиків для особистості в Інтернет-просторі* включають [1]:

1. *Кібербулінг*: це форма онлайн-зущання та насильства, яке може призвести до шкоди для психічного та емоційного здоров'я людини. Це образи, погрози, поширення приватної інформації без згоди власника, відправлення образливих повідомлень або коментарів, створення фальшивих профілів для використання проти інших людей тощо. Кібербулінг може здійснюватися через соціальні мережі, форуми, електронну пошту та інші канали зв'язку в Інтернеті.

Для того, щоб захиститися від кібербулінгу, важливо дотримуватися правил безпеки в Інтернеті, не давати особисту інформацію незнайомим людям, не публікувати в Інтернеті нічого, що може нашкодити вам або іншим людям; використовувати безпечні паролі

та налаштувати конфіденційність свого профілю в соціальних мережах. Якщо ви стали жертвою кібербулінгу, важливо звернутися за допомогою до довіреної людини, вчителя, батьків або поліції.

2. Кіберзлочинність може включати крадіжку особистої інформації, фішинг, малвару та інші її форми. Для того, щоб захиститися від кіберзлочинності, важливо дотримуватися правил безпеки в Інтернеті, використовувати антивірусне програмне забезпечення та оновлювати його регулярно, використовувати складні паролі, не давати особисту інформацію незнайомим людям та бути обережним при завантаженні файлів з Інтернету.

Якщо ви стали жертвою кіберзлочинності, важливо звернутися за допомогою до поліції, змінити всі свої паролі на комп'ютері та в інших сервісах, які ви використовуєте. Також слід повідомити про кіберзлочинність свого провайдера Інтернет-послуг та звернутися до спеціалістів з кібербезпеки для отримання додаткової допомоги.

3. Залежність від Інтернету: деякі люди можуть стати залежними від Інтернету та проводити велику кількість часу онлайн, що може призвести до проблем з психічним та фізичним здоров'ям. Це стан, коли людина відчуває потребу в постійному використанні Інтернету і не може контролювати свої інтернет-звички.

Залежність від Інтернету може приймати різні форми: безперервне використання соціальних мереж, ігор, онлайн-шопінгу, перегляду відео на YouTube та інше. Цей стан може відобразитися на фізичному, емоційному та соціальному рівнях життя людини.

Ознаки інтернет-залежності можуть включати постійну необхідність перебувати в Інтернеті, зниження суспільних зв'язків, занепад академічних чи професійних досягнень, відчуття депресії та тривоги при відсутності доступу до Інтернету. Залежність від Інтернету може мати негативний вплив на різні сфери життя, зокрема здоров'я, роботу та соціальні відносини. Тому важливо вчасно визнати ознаки залежності та звернутися до фахівців для отримання допомоги в подоланні цього стану.

4. Вплив соціальних мереж: деякі дослідження показують, що довготривалий використання соціальних мереж може призвести до негативних впливів на психічне та емоційне здоров'я людини: депресії, тривоги та відчуття самотності.

5. Поширення неправдивої та шкідливої інформації, яка може призвести до поширення негативних стереотипів та перекручування фактів. Інформація в Інтернеті може бути легко змінена або підроблена, і це може мати серйозні наслідки для людей, які вірять.

Неправдива інформація може бути розповсюджена з різних мотивів, включаючи фінансову вигоду, політичні цілі, релігійні переконання, прагнення до слави або просто задоволення зловживань в Інтернеті. Ця інформація може бути шкідливою для здоров'я та благополуччя людей, які вірять у неї, і може викликати паніку, страх, ненависть або інші негативні емоції.

Однією з головних причин поширення неправдивої інформації є швидкість та легкість. Соціальні мережі та інші платформи дозволяють користувачам швидко ділитися інформацією зі своїми друзями та підписниками, і це може призвести до того, що неправдива інформація поширюється далі, ніж можна було б очікувати.

Іншою проблемою є те, що люди можуть мати тенденцію вірити в інформацію, яка підтверджує їхні переконання або страхи. Це може призвести до того, що люди будуть вірити в неправдиву інформацію, навіть якщо вона суперечить науковим фактам або доказам.

Тому важливо дотримуватись певних *правил безпечної Інтернет-комунікації*:

1. *Не ділитися особистою інформацією в мережі*: не розкривайте своє повне ім'я, адресу, номер телефону, електронну адресу або будь-яку іншу особисту інформацію перед незнайомими людьми в мережі.

2. *Перевіряйте джерела інформації*: переконайтеся, що інформація, яку ви отримуєте в мережі, є правдивою, перевірте її джерело та достовірність.

3. *Не діліться паролем*: ніколи не діліться своїм паролем до облікового запису в мережі з іншими людьми, навіть якщо ви довіряєте їм.

4. *Перевірте приватність налаштувань*: перевірте налаштування приватності на своєму обліковому записі в мережі та переконайтеся, що ви знаєте, хто може бачити вашу інформацію та діяльність.

5. *Не відповідайте на небажані повідомлення*: ніколи не відповідайте на небажані повідомлення або електронну пошту, особливо якщо вони містять посилання на неповідомлені вам джерела або пропонують незнайомі послуги.

6. *Перевіряйте безпеку девайсів*: переконайтеся, що ваші комп'ютер, телефон та інші пристрої мають оновлене програмне забезпечення та антивірусне програмне забезпечення.

7. *Не публікуйте матеріали, які можуть завдати шкоди*: не публікуйте в мережі матеріали, які можуть завдати шкоди іншим людям або вам самим. Наприклад, не поширюйте фейкові новини, не публікуйте компромат на інших людей, не викладайте особисту інформацію (номер телефону, адресу місця проживання або банківські реквізити). Важливо також уникати публікації фотографій чи відео, які можуть зашкодити вам чи іншим людям у майбутньому, наприклад, використовувати їх для шантажу.

8. *Якщо ви маєте дітей, то важливо вчасно пояснити їм про те, як поводитися в Інтернеті*, та нагадувати правила безпеки в Інтернеті. Діти повинні знати, що не можна розмовляти з незнайомцями, надавати особисту інформацію і публікувати матеріали, які можуть завдати шкоди.

9. *Варто використовувати антивірусне програмне забезпечення* на комп'ютері або мобільному пристрої та встановлювати оновлення програмного забезпечення вчасно, щоб зменшити ризик злому вашого пристрою. Не відкривайте посилання або вкладення від незнайомих

людей, оскільки це може бути спробою злому вашого пристрою або викрадення особистої інформації.

Висновки. Інтернет-комунікація є важливим елементом сучасного життя і має значення для розвитку особистості в різних аспектах: *соціальний аспект* – Інтернет-комунікація дозволяє людям зберігати та зміцнювати свої соціальні зв'язки, знаходити нових друзів та співрозмовників, обговорювати важливі теми, отримувати та надавати підтримку; допомагає спілкуватися з представниками інших культур та націй, що збагачує їхні знання та досвід; *пізнавальний аспект* – Інтернет-комунікація надає безліч можливостей для пізнання нового: пошук інформації, навчання, спілкування з експертами та професіоналами у різних галузях знань; дозволяє висловлювати свої думки, співпрацювати над проектами та здійснювати творчу діяльність; *емоційний аспект* – Інтернет-комунікація може допомагати людям зняти стрес та відчути позитивні емоції, спілкуючись зі своїми друзями та знайомими, виражаючи свої почуття та емоції у соціальних мережах або в іграх; *професійний аспект* – Інтернет-комунікація є важливим інструментом для розвитку професійних навичок та кар'єри. Вона дозволяє людям знаходити роботу, спілкуватися з колегами, знаходити нові можливості для розвитку своєї кар'єри та вивчення нових навичок.

Література

1. Андрійчук І. Психологічні чинники спілкування студентської молоді в Інтернет просторі. 2021. URL : <http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/34174> (дата звернення: 07.03.2023).
2. Немеш О. М. Віртуальна діяльність особистості: структура та динаміка психологічного змісту : монографія. Київ : Слово, 2017. 391 с.
3. Субашкевич І. Р. Вікові особливості інтернет-залежності. *Габітус. Науковий журнал з соціології та психології*. Випуск 22. 2021. С.179-184. URL : <http://habitus.od.ua/journals/2021/22-2021/32.pdf>. (дата звернення: 06.03.2023).
4. Субашкевич І. Р. Формування ціннісно-смыслової сфери студентів педагогічних спеціальностей медіапсихологічними технологіями : [практ. посіб.]. Львів : Растр-7, 2016. 59 с.

References

1. Andriichuk, I. (2021). *Psychological factors of communication of student youth in the Internet space*. 2021. URL : <http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/34174> [in Ukrainian].
2. Nemesh, O. M. (2017). *Virtualna diialnist osobystosti: struktura ta dynamika psykholohichnoho zmistu : monohrafiia* [Virtual personality activity: structure and dynamics of psychological content: monograph]. Kyiv : Slovo, 2017. [in Ukrainian].
3. Subashkevych, I. R. (2021). *Vikovi osoblyvosti internet-zalezhnosti* [Age features of internet addiction]. *Habitus Naukovyi zhurnal z sotsiologii ta psykholohii – Habitus Scientific journal of sociology and psychology*, 22, 2021. 179-184. URL : DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.22.30>. [in Ukrainian].
4. Subashkevych, I. R. (2016). *Formuvannia tsinnisno-smyslovoi sfery studentiv pedahohichnykh spetsialnostei mediapsykholohichnyu tekhnolohiiamy : [prakt. posib.]* [Formation of the value-meaning sphere of students of pedagogical specialties by means of media-psychological technologies]. Lviv : Rastr-7, 2016. [in Ukrainian].

АНОТАЦІЯ

У статті здійснено теоретичний аналіз психологічної природи інтернет-комунікації особистості. Описано ключові навички для ефективною комунікації в Інтернеті (правильне використання мови, вміння слухати і реагувати на іншу сторону, вміння вести діалоги, використання відповідних тону та манери поведінки, повага до приватності та безпеки, прийняття критики та відповідальність за власні дії).

Проаналізовано основні психологічні аспекти Інтернет-комунікації: анонімність (Інтернет надає можливість залишати анонімні повідомлення та коментарі, що може призвести до безвідповідального та недбайливого ставляться до інших людей), розвиток емпатії (взаємодія з людьми в Інтернеті може допомогти розвинути емпатію та здатність сприймати почуття інших людей), залежність (відчуття залежності від Інтернет-комунікації може мати негативні наслідки для психологічного здоров'я людини), соціальні порівняння (Інтернет-комунікації можуть спричинити збільшення соціальних порівнянь та почуття незадоволення своїм життям), зниження інтерактивності (деякі люди можуть відчувати більшу віддаленість та зниження інтерактивності під час Інтернет-комунікації порівняно з комунікацією «в живу»).

Розкрито найбільш поширені ризики для особистості в Інтернет-просторі: кібербулінг – це форма онлайн-знуцання та насильства, яке може призвести до шкоди для психічного та емоційного здоров'я людини; кіберзлочинність – крадіжки особистої інформації, фішинг, малвару; залежність від Інтернету – проведення великої кількості часу онлайн, що може призвести до проблем з психічним та фізичним здоров'ям; вплив соціальних мереж – це довготривале використання соціальних мереж може призвести до негативних впливів на психічне та емоційне здоров'я людини, таких, як депресія, тривога та відчуття самотності; поширення неправдивої та шкідливої інформації, яка може призвести до поширення негативних стереотипів та перекичування фактів. Описано правила взаємодії в Інтернет-просторі.

Ключові слова: Інтернет-комунікація, Інтернет-ризик, Інтернет-залежність, кібербулінг, кіберзлочинність, особистість.