

Журавльова Лариса Петрівна

доктор психологічних наук, професор,
завідувач кафедри психології розвитку та консультування
Житомирський державний університет імені Івана Франка
м. Житомир, Україна

Павленко Анна Ігорівна

студентка спеціальності «Психологія»
Житомирський державний університет імені Івана Франка
м. Житомир, Україна

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КОМУНІКАЦІЇ
В ЮНАЦЬКОМУ ТА ЗРІЛОМУ ДОРΟΣЛОМУ ВІЦІ**

Щодня ми комунікуємо з іншими людьми: спілкуємось віч-на-віч в реальному житті, по телефону чи через соціальні мережі. І гострою проблемою сьогодні є те, що багато людей можуть надавати перевагу спілкуванню через гаджети, ігноруючи живе спілкування.

Гаджети розроблені для того, щоб полегшувати наше життя, але їх надмірне використання призводить до заміни реального життя віртуальним, цифрової залежності та слабоумства, інформаційної псевдодебільності та делегування мислення. Про це пишуть А. Курпатов [2], Т. Компернолле [6], М. Шпітцер [3], І. Нестерова [4] та ін.

Індивід, який надлишково перебуває з гаджетами та в мережі Інтернету, може зіткнутися з такими наслідками: постійне вживання інформації є причиною того, що вона не запам'ятовується (багато людей не тримають в пам'яті навіть потрібну інформацію, не говорячи вже про «фонову»); сприймання готової обробленої інформації приводить до того, що людина не шукає її самостійно, не обдумує, і відповідно її мозок не будує нові нейронні зв'язки (також це призводить до дублювання отриманої інформації та не формування своєї власної).

Ця сфера до кінця не є дослідженою, вона майже не вивчалася сучасними дослідниками. Тому ми вирішили дізнатись, чи існує така проблема в нашій країні, шляхом порівняння психологічних особливостей комунікації людей юнацького та старшого дорослого віку. Дане дослідження спирається на **припущення**, що:

- а) люди старшого дорослого віку *меншою* мірою використовують гаджети для комунікації, не замінюють реальне життя віртуальним і *більше* надають перевагу спілкуванню в реальному житті, порівняно з людьми юнацького віку;
- б) особистості старшого дорослого віку є більш емпатійними, з вищим рівнем комунікативних схильностей та психічним здоров'ям, порівняно з особистостями юнацького віку;

в) людина, у якої низький рівень комунікативних схильностей, емпатії та психічного здоров'я, буде більше використовувати гаджети у своїй комунікації, тим самим тримаючи інших людей на дистанції та замінюючи реальне життя віртуальним. І відповідно навпаки, людина зі стабільним психічним здоров'ям, високою емпатією та комунікативними здібностями буде менше проводити часу з гаджетами, надаючи перевагу живому спілкуванню.

У дослідженні були використані наступні **методики**:

1. «Діагностика комунікативних і організаторських схильностей (КОС-2)», що дозволяє оцінити наявний рівень розвитку цих здібностей [7].

2. Адаптований Е.Л. Носенком та А.Г. Четверик-Бурчаком опитувальник американського дослідника К. Кіза «Стабільність психічного здоров'я» (коротка форма), що дозволяє діагностувати психічне благополуччя та здоров'я, задоволеність життям [5].

3. Тест на визначення емпатії для людей юнацького та дорослого віку Л. П. Журавльової [1].

4. Авторський опитувальник «Комунікація в юнацькому та зрілому дорослому віці» Л.П. Журавльової, А.І. Павленко з метою дослідження особливостей взаємодії з гаджетами.

В цьому дослідженні взяли участь 59 осіб (45 людей юнацького та 14 людей старшого дорослого віку).

Статистичний аналіз проводився за допомогою обрахунку U-критерія Манна-Уїтні (порівняння людей юнацького та старшого дорослого віку за відповідними критеріями) та множинного коефіцієнту кореляції (пошук взаємозв'язку між критеріями).

Критеріями дослідження були: взаємодія людей з гаджетами (емоційна включеність; соціальна підтримка; цілеспрямованість пошуку та аналіз отриманої інформації; заміна реального життя віртуальним; надання переваги спілкуванню в реальному житті чи засобам мобільного зв'язку, соціальним мережам); комунікативні схильності; емпатія; стабільність психічного здоров'я.

Результати дослідження:

1. В опитувальнику «Комунікація в юнацькому та зрілому дорослому віці» було виділено наступні рівні, що репрезентують особливості взаємодії людей із гаджетами:

Здорове використання (V рівень). Люди юнацького – 8,9%; зрілого дорослого віку – 50%. Він характеризується розумним використанням гаджетів із усвідомленням усіх шкідливих наслідків надмірного користування ними. Люди цього рівня можуть активно користуватися гаджетами, не зловживаючи використовувати їх для спілкування, роботи або навчання, надають перевагу спілкуванню в реальному житті. Гаджети в цьому випадку приносять тільки користь і виступають як допоміжний засіб комунікації.

Тенденція до здорового (IV рівень). Юнацький вік – 15,6%; старший дорослий вік – 21,4%. Люди, яким притаманний цей рівень, свідомо використовують гаджети і знають про їх шкоду. Пристрої ще не дають

шкідливих наслідків для життя, але можуть вносити деякі зміни в життєдіяльність суб'єкта, забираючи більше часу, чим потребують обставини.

Середній рівень (III рівень). Люди юнацького віку – 17,8%; старшого дорослого віку – 14,3%. Такі особистості спілкуються в реальному житті, але часто використовують гаджети, не завжди усвідомлюють їх шкоду або акцентують увагу лише на фізіологічну небезпеку; їм складніше відмовитись від гаджета в повсякденному житті.

Неусвідомлена віртуальність (II рівень). Молодь – 37,8%; дорослі – 0%. Цей рівень свідчить про те, що люди постійно «включені» у гаджети та обирають спілкування на відстані; але самі вважають, що насправді комунікують в реальному житті, надають перевагу живому спілкуванню, ніби не усвідомлюють власної віртуальності.

Низький (I рівень або рівень залежності). Люди юнацького віку – 19,9%; старшого дорослого віку – 14,3%. Індивіди з цим рівнем постійно користуються гаджетами, обирають спілкування в соціальних мережах. Весь свій вільний час, моменти радості або суму, ситуації досягнення успіху або коли відчувають самотність проводять разом з гаджетами. Також цьому рівню притаманний низький або найнижчий рівень комунікативних схильностей, емпатії та психічного здоров'я.

Вирахування U-критерію Манна-Уїтні на статистично значущому рівні ($U=-3,02$; $p=0,0025$) показало, що люди юнацького та старшого дорослого віку достовірно відрізняються між собою. Ця відмінність проявляється в тому, що особи старшого дорослого віку більше надають перевагу живому спілкуванню, використовують гаджети тільки в допоміжних цілях, чим особи юнацького віку, які в більшій мірі не усвідомлюють своєї віртуальності.

2. За допомогою опитувальника «*Діагностика комунікативних і організаторських схильностей (КОС-2)*» було досліджено лише комунікативні здібності (таблиця 1).

Таблиця 1

Вікова динаміка комунікативних здібностей впродовж юнацького та старшого дорослого віку

Рівень	Юнацький вік	Старший дорослий вік
Найвищий	7,2%	22,3%
Високий	32,1%	33,3%
Середній	21,4%	22,2%
Низький	21,4%	11,1%
Дуже низький	17,9%	11,1%

За результатами підрахунків U-критерію Манна-Уїтні ($U=-1,5$; $p=0,13$) знайдено достовірну, проте не дуже високу, відмінність між людьми старшого дорослого та юнацького віку щодо комунікативних здібностей.

3. Наступним кроком нашого дослідження було визначення *стабільності психічного здоров'я* у молоді та дорослих (таблиця 2). Статистична перевірка

відмінностей між показниками психічного здоров'я осіб із різних вікових категорій показала, що в осіб юнацького та зрілого дорослого віку ці відмінності не є достовірними ($U=0,5$; $p=0,62$).

Таблиця 2

Психічне здоров'я у представників юнацького та старшого дорослого віку

Рівень	Юнацький вік	Старший дорослий вік
Високий	44,8%	44,4%
Середній	44,8%	33,3%
Низький	10,4%	22,3%

4. На останньому етапі дослідження було вивчення *особливостей розвитку інтегральної емпатії* у молоді та дорослих (таблиця 3). Підтверджено суттєву відмінність у розвитку емпатії в старшому дорослому та юнацькому віці ($U=2,5$; $p=0,013$).

Таблиця 3

Вікова динаміка інтегральної емпатії впродовж юнацького та старшого дорослого віку

Рівень	Юнацький вік	Старший дорослий вік
Найвищий	0%	44,5%
Високий	37,9%	33,3%
Середній	55,2%	11,1%
Низький	6,9%	11,1%
Найнижчий	0%	0%

Підрахунок *множинного коефіцієнта кореляції* з метою знаходження взаємозв'язків між показниками рівня використання гаджетів та комунікативними схильностями, психічним здоров'ям і емпатією виявив наступне:

а) в юнацькому віці *існує достовірний* тісний зв'язок між рівнем взаємодії з гаджетами і психічним здоров'ям ($R=0,66$; $p=0,05$); між рівнем взаємодії з гаджетами та емпатією ($R=0,7$; $p=0,05$). Перший випадок свідчить про таку тенденцію: чим вищий рівень здорового використання гаджетів, тим більшим є рівень психічної стабільності. Другий випадок показує, що чим вищий рівень емпатії, тим більший рівень здорового використання гаджетів. Це говорить про те, що людина, у якої висока емпатія буде менше користуватися гаджетами в своїй діяльності, обиратиме живе спілкування та матиме гарне стабільне психічне здоров'я. А ось зв'язку між використанням гаджетів та комунікативними схильностями ($R=0,4$; $p>0,1$) встановлено не було. Це означає, що комунікативні схильності не впливають на рівень користування гаджетами.

б) в старшому дорослому віці *існує достовірний* міцний зв'язок між рівнем взаємодії з гаджетами та емпатією ($R=0,9$; $p=0,05$). Тобто, чим вищий рівень емпатії, тим здоровіший рівень користування гаджетами. Залежності між використанням гаджетів та, відповідно, комунікативними схильностями ($R=0,5$;

$p > 0,1$) і психічним здоров'ям ($R=0,3$; $p > 0,1$) не виявлено. Це говорить, що психічне здоров'я та комунікативні здібності не впливають на рівень взаємодії людини з гаджетами.

Висновки. Дослідження психологічних особливостей комунікації людей юнацького та старшого дорослого віку показало, що:

а) особи старшого дорослого віку менше використовують гаджети для комунікації, більше надають перевагу живому спілкуванню, чим особи юнацького віку, які замінюють реальне життя віртуальним, не усвідомлюючи цього;

б) особистості старшого дорослого віку виявили найвищий та високий рівень емпатії, а особистості юнацького віку – середній;

в) людина зі стійким психічним здоров'ям та високою емпатією менше використовує гаджети та більше спілкується в реальному житті.

Перспективою подальших досліджень є лонгітудне вивчення проблеми комунікації людей між собою з використанням/не використанням гаджетів.

Література

1. Журавльова Л.П. Діагностика емпатії та її форм у підлітковому та юнацькому віці. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки*. К.: Вид-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2010. Вип. 31(55). С. 154-161.
2. Курпатов А. В. Чертоги разума. Убей в себе идиота! Alma Littera, 2016. 304 с.
3. Шпитцер М. Антимозг: цифровые технологии и мозг. Астрель, 2014. 288 с.
4. Нестерова И.А. Цифровое слабоумие. *Образовательная энциклопедия Odiplom.ru*. URL: <http://odiplom.ru/lab/cifrovoe-slaboumie.html>
5. Носенко Е.Л., Четверик-Бурчак А.Г. Опитувальник «Стабільність психічного здоров'я – коротка форма»: опис, адаптація, застосування. Дніпропетровський нац. ун-т ім. О. Гончара, 2014. С.89-97.
6. Компернолле Т. Мозг освобожденный. Как предотвратить перегрузки и использовать свой потенциал на полную мощь. 2017. 571 с.
7. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Диагностика коммуникативных и организаторских склонностей (КОС-2). *Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп*. М., 2002. С. 263-265.