

Віталій Костюк,

*здобувач другого рівня вищої освіти,
спеціальність А 1 Освітні науки,
Тернопільський національний педагогічний
університет імені Володимира Гнатюка*

Ольга Сорока,

*доктор педагогічних наук, професор,
завідувачка кафедри соціальної роботи та соціальної педагогіки
Тернопільського національного педагогічного
університету імені Володимира Гнатюка*

НОМОФОБИЯ ЯК ЗАЛЕЖНА ПОВЕДІНКА У СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Мобільний телефон сьогодні є невід'ємним атрибутом сучасної людини. Він тісно пов'язаний з реалізацією низки соціокультурних функцій: комунікативної, пізнавальної, розважальної, репрезентативної, і крім цього, виступає в якості об'єкта нехімічної залежності. Означену залежність відносять до нехімічних залежностей, які «спричиняють нав'язливі бажання та потреби, послаблення контролю за цим видом діяльності й труднощі, пов'язані з її припиненням» [1, с. 13].

Об'єктом залежності в нехімічній адикції стає поведінковий патерн, а не ПАР. Початковим етапом формування будь-якої форми залежності є фіксація на об'єкті, який здатний змінити емоційний стан людини. У психологічному плані поведінкова адикція розглядається, як прихильність до будь-якого виду дій, від якого людина не може самотійно позбутися. В основі поведінкової адикції лежить таке захоплення, якому людина надає надмірного значення, і яке поступово набуває визначального значення в її житті.

Підтримуємо вітчизняних дослідників у тому, що «нехімічні адикції багато в чому відрізняються від компульсивної поведінки: головне те, що адикція передбачає пошук задоволення, тоді як нав'язливий стан складається з короткочасних серій дій, які самі по собі не несуть задоволення, вони схематично повторюються, але за їх допомогою хворі прагнуть уникнути здобуття передбачуваного негативного досвіду» [1, с. 15].

Однією з форм нехімічних адикцій є номофобія – «це почуття сильного занепокоєння та страху в людини, яка боїться на тривалий час залишитися без мобільного телефону» [2, с. 196]. У перекладі з англійської номофобія (No mobile phone phobia) визначається, як страх втрати контакту за допомогою мобільного телефону. У системі американської психіатричної класифікації (DSM-4) вона була віднесена до різновидів «специфічних фобій». Особливий інтерес до номофобії виникає після роботи

Біанчі та Філіпса (Bianchi and Philips 2005), в якій обговорювалися психологічні передумови формування телефонної залежності.

В. Вигівська, З. Гуріна наголошують, що «саме підлітки хочуть використовувати різноманітну техніку максимально, оскільки їхнє прагнення до різноманітності контактів і розширення інформаційного простору відповідає особливостям віку» [2, с. 196]. Вони витрачають на спілкування по телефону більше чотирьох годин на день, на телефонні ігри, музику також витрачається від двох до шести годин. Схожу картину засвідчують роботи, присвячені дослідженням у молодіжному середовищі (О. Кулешова, В. Левченко, Л. Міхєєва та ін.). При цьому в ряді досліджень зазначається, що для молоді телефон важливий як засіб, що дозволяє вільно користуватися Інтернетом, завантажувати музику, переглядати фільми, кліпи і бути завжди на зв'язку.

Англійська дослідниця Т. Лухманн (T. Luhrmann), яка займається вивченням впливу мобільного телефону на стиль життя молоді, приходить до таких висновків. По-перше, у житті молодих людей «Айфони» (iPhone) відіграють визначальну роль. По-друге, молоді люди схильні розглядати мобільний телефон як частину власного тіла і частину внутрішнього світу («якщо хтось вкраде мій телефон, він зможе дізнатися абсолютно все про мене»). По-третє, втрата мобільного телефону розглядається як величезна трагедія [4].

Сучасні дослідники відзначають, що телефонна залежність схожа за ознаками з інтернет-залежністю і акумулює такі ж питання. Йдеться про постійне очікування дзвінка, смс або новин електронної/ мобільної пошти; переживання стану дискомфорту при відсутності телефону, висока дратівливість, агресивність; говорити по мобільному телефону набагато простіше, ніж спілкуватися вживу; постійне прагнення наповнити телефон мобільними новинками та останніми додатками тощо; витрачаються великі гроші на завантаження музики, картинок, перегляд відео та фото даних в Інтернеті за допомогою телефону [3].

Цікаве дослідження, присвячене вивченню характеру впливу смартфона на життя людини, провели американські дослідниці Е. Лундквіст (Arlene R. Lundquist), Е. Лефебр (Emily J. Lefebvre) та С. Герамон (Sara J. Garramone). В якості респондентів виступили студенти коледжу шістьох фокус-груп, у яких обговорювався характер цілей використання мобільного телефону, його технічні плюси і мінуси, ступінь залежності від нього і характер визнання індивідом наявності/ відсутності у респондентів телефонної залежності, потреба в обмеженні спілкування [5, с. 83].

Дослідниці порівняли метафоричне уявлення про залежність, сформульоване респондентами, з тими даними, які наведені в науковій літературі. Робота в рамках фокус-груп показала високий позитивний результат щодо осмислення проблеми телефонної залежності, більша частина респондентів зазначила, що смартфони та технічно організоване спілкування (Інтернет) мають негативний вплив на

міжособистісне спілкування та взаємодію між людьми. Показовим у цьому сенсі є вислів, який наводять дослідниці: «Смартфони здатні як підключати, так і відключати нас до інших і до самих себе» [5, с. 87].

Погоджуємося із дослідницями в тому, що людина повинна задуматися над тим, скільки часу вона витрачає на технічно організоване спілкування і це призводить до залежної поведінки.

Список використаних джерел:

1. Аймедов К. В., Асєєва Ю. О., Черевко М. О. Нехімічні залежності: сучасні тенденції. Медична психологія. 2017. № 1. С. 13–18.
2. Вигівська В. М., Гуріна З. В. Проблема залежності від мобільного телефону у підлітків. *Молодий вчений*. 2016. № 12.1 (40). С. 196–199.
3. Кулешова О. В., Міхеєва Л. В. Інтернет-залежність осіб юнацького віку: аналіз, шляхи подолання. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. 2022. Випуск 4. С. 95–100.
4. Luhrmann T. What students can teach us about iPhones. 2010. URL : https://www.salon.com/2010/05/30/iphone_college_students/
5. Smartphones: Fulfilling the Need for Immediacy in Everyday Life, but at What Cost? / Arlene R. Lundquist, Emily J. Lefebvre, Sara J. Garramone. *International Journal of Humanities and Social Science*. 2014. Vol. 4 No. 2. 80–89. URL : https://www.researchgate.net/publication/277249094_Smartphones_Fulfilling_the_Need_for_Immediacy_in_Everyday_Life_but_at_What_Cost

Інна Кравченко,

здобувач третього рівня вищої освіти,
ІІО Соціальна робота та консультування,
Тернопільський національний педагогічний
університет імені Володимира Гнатюка

Науковий керівник: **Наталія Олексюк,**

доктор педагогічних наук,
професор кафедри соціальної роботи та соціальної педагогіки
Тернопільський національний педагогічний
університет імені Володимира Гнатюка

СОЦІАЛЬНІ БАР'ЄРИ В ДОСТУПІ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ ДО СОЦІАЛЬНИХ ПОСЛУГ

Протягом останніх років в Україні зберігається тенденція демографічного старіння населення. Так, згідно з «Стратегією демографічного розвитку України до 2040 року» ми маємо дані, що підтверджують це. Україна входить до групи 30 країн із найстарішим за віком населенням. Зазначається, що «станом на 1 січня 2022 р. частка осіб у віці 60 років і старше становила 24,8 відсотка, що спричиняє додаткові потреби в медичних і соціальних послугах, зумовлює значне навантаження на публічні фінанси та працююче населення» [1]. Значного впливу завдають кризи загального характеру. Мова