Психологическое благополучие пользователей социальных сетей

Автор: Козлова Елизавета Вадимовна, студентка 3 курса бакалавриата направления "Психология", (37.03.01), филологический факультет, кафедра педагогики и психологии. Российский университет дружбы народов имени Патриса Лумумбы

Актуальность

Доступ к интернету имеет большое количество людей, в связи с чем возникает проблема психологического благополучия пользователей социальных сетей. С каждым годом социальные сети все больше проникают во все области жизни человека, что негативно сказывается на их психологическом благополучии.

Проблема исследования

Изучение взаимосвязи активности человека в социальных сетях на виртуальных площадках с показателями психологического благополучия остается за рамками научного исследования.

Цель исследования

Выявить особенности психологического благополучия пользователей социальных сетей.

Психологическое благополучие является одним из многих понятий, которое позволяет оценить состояние и удовлетворение жизнью человека. существует два основных подхода в рамках изучения психологического благополучия. выделяют гедонистический и эвдонистический подходы.

Представители гедонистического подхода основывались на предположении о том, что человек по своей природе лабильный, поэтому психологическое благополучие определяет умение человека адаптироваться к его социальному окружению.
По мнению эвдонистического подхода психологическое благополучие достигается с помощью жизненных трудностей и отрицательного опыта

Выборка

Объем выборка составил 40 человек в возрасте от 18 до 22 лет. Среди них по 20 студентов гуманитарного и естественнонаучного направлений.

Методы

1. Теоретико-аналитические методы;
2. Методы опроса и анкетирования;
3. Методы математической обработки

Методики

1. Анкета "Активность личности в виртуальной социальной сети" Е. И. Косивченко
2. Опросник "Шкала психологического благополучия" К. Рифф (адаптация Т. Д. Шевеленковой

Результаты исследования

В результате анкетирования было выявлено, что среди 47,5% респондентов пользуются социальными сетями несколько раз в день, а 27,5% целый день находятся онлайн, что говорит о том, что социальные сети являются важной частью жизни респондентов.

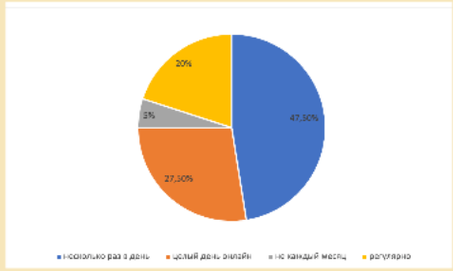

Рис. 1. Диаграмма, которая показывает сравнительный анализ уровня активности пользования социальными сетями

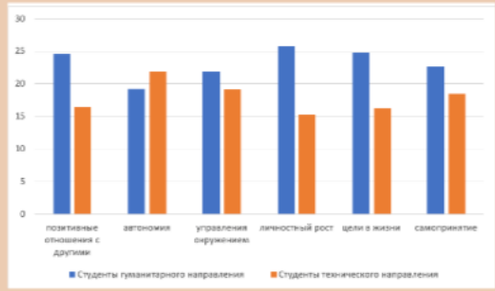

Рис. 1. Диаграмма, показывающая распределение по уровню психологического благополучия студентов по направлению обучения

В результате, сравнивая студентов гуманитарного и технического направлений (Рис. 1), можно увидеть, что:

У студентов гуманитарного направления преобладает шкала "Личностный рост" (25,8). Это свидетельствует о том, что для студентов данного направления преобладает чувство постоянного развития и для них важно постоянное развитие и самореализация.

У студентов технического направления преобладает шкала "Автономия" (21,), что характеризует их как самостоятельных и независимых респондентов, способных действовать вне зависимости от мнения окружающих.

Анализируя уровень психологического благополучия студентов гуманитарного и технического направлений (Рис. 2), были получены следующие результаты.

Уровень психологического благополучия у студентов гуманитарного направления (24,1) выше, чем у студентов технического направления (16,9).

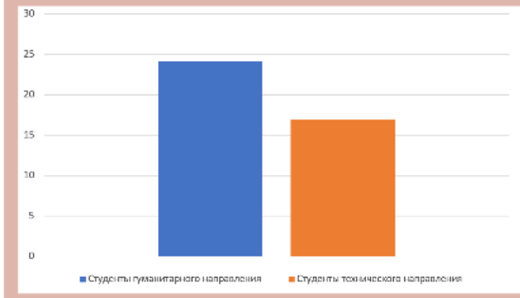

Рис. 2. Диаграмма, показывающая сравнительный анализ уровня психологического благополучия студентов по направлению обучения

Выводы

Исследование показало, что направленность обучения влияет на уровень психологического благополучия пользователей социальных сетей.

Улучшая уровень психологического благополуия, можно создать более благоприятную и инклюзивную среду, способствующую укреплению психического здоровья и снижению стигмы, связанной с обращением ща профессиональной психологической помощью.

Контакт:
1032213031@pfur.ru