

Загальна психологія, історія психології

УДК 159.923:004.738.5

Людмила Леонідівна Бондаревська,
кандидатка психологічних наук, доцентка
кафедри психології, глибинної корекції та реабілітації,
Черкаський національний університет
імені Богдана Хмельницького,
м. Черкаси, Україна
ORCID: 0000-0003-3657-5159
Imillabond@gmail.com

Тетяна Вікторівна Горобець,
кандидатка психологічних наук, доцентка
кафедри прикладної психології,
Черкаський національний університет
імені Богдана Хмельницького,
м. Черкаси, Україна
ORCID: 0000-0001-6785-3700
gorobets1902@gmail.com

Лариса Вячеславівна Саленкова,
магістерка психології, практична психологиня,
Черкаський національний університет
імені Богдана Хмельницького,
м. Черкаси, Україна
ORCID: 0009-0009-4480-2500
larisasalenkova@gmail.com

ВПЛИВ ЕФЕКТУ ОНЛАЙН-РОЗТОРМОЖУВАННЯ НА ФОРМУВАННЯ ВІРТУАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Еволюція суспільства зумовлена розвитком інформаційно-комунікаційних технологій, що трансформують соціальну реальність, комунікаційні процеси та ідентичність особистості. Цифрові платформи сприяють формуванню віртуальної ідентичності, де традиційні соціальні зв'язки поступаються новим онлайн-ролям. У статті аналізується вплив ефекту онлайн-розторможування на цей процес, зокрема роль психологічних захистів та ризиків зміни самооцінки, соціальних зв'язків і адаптації особистості у цифровому середовищі.

Ключові слова: ідентичність, особистість, психодіагностика, онлайн-розторможування, спілкування, соціальні мережі, психологічні захисти, цифрове середовище, Я-образ, самопрезентація.

Liudmyla Bondarevska,
PhD in Psychology, Associate Professor
Department of Psychology,
Deep Correction and Rehabilitation,
Bohdan Khmelnytsky National
University of Cherkasy,
Cherkasy, Ukraine
ORCID: 0000-0003-3657-5159
Imillabond@gmail.com

Tetiana Gorobets,
PhD in Psychology, Associate Professor
Department of Applied Psychology,
Bohdan Khmelnytsky National
University of Cherkasy,
Cherkasy, Ukraine
ORCID: 0000-0001-6785-3700
gorobets1902@gmail.com

Larysa Salenkova,
Master of Psychology,
Practical Psychologist,
Bohdan Khmelnytsky National
University of Cherkasy,
Cherkasy, Ukraine
ORCID: 0009-0009-4480-2500
larisasalenkova@gmail.com

THE IMPACT OF THE ONLINE DISINHIBITION EFFECT ON THE FORMATION OF AN INDIVIDUAL'S VIRTUAL IDENTITY

The evolution of society is directly influenced by technological advancements, particularly in information and communication technologies. Their proliferation facilitates the transformation of social reality, the emergence of new forms of communication, and the evolution of social practices. Modern digital tools such as mobile devices, computers, and the internet shape novel modes of interaction that affect communicative processes. Globalization accelerates the development of social and communicative practices, transcending geographical and demographic boundaries while shaping individuals' daily lives, worldviews, and self-identities.

This article explores the impact of the online disinhibition effect on the formation of virtual identity within the contemporary digital environment. This process entails individuals gradually distancing themselves from traditional social interactions in the real world and transitioning to virtual spaces, where they construct new roles and modes of engagement. The rise of social media, online gaming, forums, and various digital platforms has facilitated the creation and maintenance of these novel identities.

Identity, as a complex psychological construct, develops through an individual's interaction with the social environment, encompassing both real and virtual domains. Psychological defense mechanisms play a significant role in this process, helping individuals manage internal conflicts, maintain a coherent self-concept, and adapt to external conditions. Within the digital sphere, mechanisms such as reality avoidance can contribute to the modification or concealment of personal attributes, thereby influencing self-perception and the perception of others.

As a consequence of the online disinhibition effect, a new form of identity emerges, characterized by the intertwining of real and virtual experiences and the growing significance of social networks in shaping personal traits and status. However, this process also presents risks, including the erosion of real-world social connections, dependence on virtual validation for self-worth, and potential shifts in attitudes toward reality. Investigating the implications of these transformations for self-esteem, interpersonal relationships, and social adaptation in the context of increasing digitalization remains a pertinent area of research.

Key words: *identity, personality, psychodiagnostics, online disinhibition, communication, social networks, psychological defenses, digital environment, self-image, self-presentation.*

Структурні зміни у комунікативному процесі, спричинені адаптацією до технічних характеристик віртуального середовища, впливають на психологічний профіль учасників онлайн-взаємодії. Зростаюча роль інтернет-технологій у повсякденній діяльності людини визначає їхню участь у процесах самовираження, що охоплюють як професійну, так і особистісну сфери. У цьому контексті одним із ключових напрямків сучасної психології стає дослідження особливостей онлайн-комунікації та її впливу на формування віртуальної ідентичності. Особливу проблему становить ефект онлайн-розтороможування, який може спричинити зміну поведінкових стратегій, рівня самопрезентації та механізмів

психологічного захисту особистості. Вивчення цих аспектів є важливим для розуміння процесів становлення та трансформації ідентичності у цифровому просторі.

Метою статті є аналіз впливу ефекту онлайн-розторможування на процес формування віртуальної ідентичності особистості.

Комунікативні практики відображають сталі соціальні дії, спрямовані на відтворення та передачу інформації. Водночас цифрова комунікація зумовлює суперечливі тенденції: з одного боку, сприяє творчій самореалізації та розширенню контактів, з іншого – веде до зменшення особистого спілкування, анонімізації взаємодії та втрати навичок емпатії.

Інтернет і соціальні мережі виступають інструментами підтримки соціальних зв'язків та комунікації, забезпечуючи інтеграцію індивідів у цифровий простір. В той же час вони формують нові споживацькі практики, сприяючи конструюванню ідентичності через технологічні об'єкти та цифрове середовище. Сучасні технології виконують не лише утилітарну, а й символічну функцію, виступаючи маркерами соціального статусу та впливаючи на процеси самоідентифікації особистості [2; 3].

Серед ключових психологічних аспектів мережевої комунікації виокремлюють такі [3]:

- підвищена вербальна активність. Відсутність невербальних засобів у цифровому середовищі та зниження комунікативних бар'єрів (вік, статус, зовнішність) сприяють зростанню мовленнєвої активності. Гнучкість встановлення та припинення контактів посилює цю тенденцію;
- анонімність. Відсутність безпосереднього зорового й слухового контакту мінімізує соціальні упередження, надаючи користувачам свободу у самовираженні. Можливість використання вигаданих ідентичностей дозволяє контролювати приватність;
- розірваність, швидкість, мозаїчність комунікації. Інтерації в мережі часто є фрагментарними та швидкоплинними, що ускладнює розуміння контексту. Водночас асинхронність спілкування сприяє більш зваженому формулюванню думок;
- мережевий етикет. Використання сленгу, емотиконів, аббревіатур створює унікальну мовну культуру цифрової взаємодії;
- емоційність спілкування. Відсутність фізичних проявів емоцій компенсується візуальними символами (емодзі, зображення), що частково знижує ризик непорозумінь;
- відчуття постійного потоку. Неперервний інформаційний потік сприяє ефекту занурення, що може призводити до спотвореного сприйняття часу та підвищеного рівня залученості.

Соціальні мережі трансформують поняття дружби, створюючи новий формат взаємодії, що поєднує доступність і гнучкість контактів. Таке спілкування може варіюватися від поверхневих взаємодій до тривалих стосунків, які інколи переходять у реальне життя.

Відкритий характер мережевої взаємодії сприяє більшій щирості у вираженні думок та почуттів, що впливає на соціальні зв'язки та особисті стосунки. Водночас цифрова комунікація створює можливості як для розширення соціальних контактів, так і для їх раптового припинення одним натисканням кнопки. В умовах інформаційного суспільства формується новий соціальний тип – Homo Informaticus. Така особистість інтегрована у глобальний потік даних, не відчуває себе ізольованою та активно взаємодіє з цифровим середовищем.

Соціальні мережі відіграють роль автоматизованого середовища підтримки соціальних зв'язків, що визначається відкритістю, технологічною доступністю, свободою самовираження та відсутністю жорстких регламентів взаємодії. Це сприяє соціалізації,

створенню особистого віртуального простору та формуванню цифрової ідентичності відповідно до індивідуальних потреб і пріоритетів [3; 6].

Згідно з концепцією Дж. Сулера, інтенсивна залученість до мережевого середовища сприяє поступовому формуванню відчуття впевненості та розкутості користувача. Це може призводити до виявлення латентних емоцій, страхів, бажань та агресивних імпульсів, а також до проявів девіантної поведінки, зокрема кіберпереслідування, шантажу, нетолерантності, демонстрації грубості чи публікації інформації особистого або інтимного характеру. Такий феномен отримав назву «ефекту розторможування» [3; 10; 11].

Даний ефект може мати як негативний, так і позитивний вимір. У «токсичному» прояві він зумовлений контактом особистості з деструктивним контентом, таким як сцени насильства чи порнографії, що може стимулювати підвищення рівня агресії, ворожості та соціальної нетерпимості. Наприклад, Н. Малеева [2; 3] досліджує роль феномену розторможування у формуванні залежності особистості від інтернет-мережі, а Н. Полешко [5] здійснює соціально-психологічний аналіз поведінкових особливостей хейтерів у мережевому середовищі, акцентуючи увагу на впливі розторможування (дезінгібіції) на розвиток цього явища. Водночас, цей феномен сприяє відкритому вираженню пригнічених емоцій, страхів та бажань, що, у свою чергу, може стати чинником особистісного зростання, самопізнання та самовдосконалення. Наприклад, А. Барек і Н. Лапід-Лефлер [9] розглядають «ефект розторможування» як чинник, що може сприяти саморозкриттю особистості та стимулювати прояви просоціальної поведінки.

Отже, ефект онлайн-розторможування характеризується зниженням рівня самоконтролю, що виникає у процесі віртуальної взаємодії порівняно з міжособистісним спілкуванням у реальному середовищі [3], та зумовлений анонімністю і фізичною дистанцією, які сприяють імпульсивності та зменшенню соціальних обмежень. Віртуальна ідентичність відрізняється від реальної, що дозволяє користувачам ігнорувати норми, посилюючи відчуття безпеки та всюдозволеності [10; 11].

Психологи розглядають ідентичність у двох аспектах: особистісному та культурному. Поняття «ідентифікація» вперше з'явилося в психології у 1914 році в роботі З. Фрейда, де він описав її як несвідомий зв'язок дитини з батьками та механізм взаємодії особистості із соціальною групою. З 1970-х років поняття «ідентичність» стало широко використовуваним у психології, часто замінюючи такі терміни, як «Я-концепція» та «образ Я». Воно дозволяє досліджувати взаємозв'язок між внутрішньоособистісними та соціокультурними факторами, що впливають на поведінку.

Самоідентифікація визначається як усвідомлення своєї приналежності до певної соціальної групи. Сучасні підходи до вивчення ідентичності включають психоаналітичний, інтеракціоністський, когнітивний та екзистенційно-гуманістичний напрями [4].

Прихильники психоаналітичного напрямку першими звернулися до дослідження ідентичності. Е. Еріксон визначав її як динамічний процес організації життєвого досвіду в межах «Я», що забезпечує адаптацію особистості в суспільстві. Ідентичність, за Е. Еріксоном, підтримує цілісність особистісного досвіду, дозволяє прогнозувати внутрішні та зовнішні виклики й співвідносити власні можливості з соціальними умовами.

Учений виокремлював три рівні ідентичності:

- індивідуальний – усвідомлення власної цілісності та безперервності у часі;
- особистісний – унікальність життєвого досвіду та самосприйняття;
- соціальний – інтеграція особистості в суспільство через прийняття групових норм.

Е. Еріксон розглядав розвиток ідентичності як взаємодію біологічних, соціальних та его-процесів, де его виконує інтегруючу функцію. У підлітковому віці цей процес включає

перегляд та переосмислення попередніх ідентифікацій. Порушення структури ідентичності може призводити до кризи, депресії та дезадаптації. Таким чином, ідентичність виступає механізмом адаптації, що дозволяє особистості зберігати цілісність та ефективно функціонувати в суспільстві.

Дослідження ідентичності в межах інтеракціоністської орієнтації спираються на концепцію «Я» Дж. Міда, згідно з якою особистісна і соціальна ідентичність формуються через взаємодію з соціумом. Ідентичність не є автономною, оскільки вона залежить від соціальних норм та очікувань, що надходять від групи, до якої належить індивід. Усвідомлення власної ідентичності виникає, коли людина починає рефлексувати свою поведінку. Згідно з Дж. Мідом, ідентичність не існує при народженні, вона формується в процесі соціального досвіду та взаємодії з іншими людьми. Розвиток ідентичності проходить шлях від неусвідомленого до усвідомленого.

В рамках символічного інтеракціонізму виокремлюються два аспекти ідентичності: орієнтація на соціальне оточення та на унікальність особистості. Ці аспекти схожі на розподіл «соціального» і «персонального» в психоаналітичному підході. Найповніше ці підходи розвинені в теорії соціальної ідентичності Г. Теджфела. Ідентичність в його теорії розглядається як когнітивна система, що регулює поведінку та включає особистісну і соціальну складові. Особистісна ідентичність стосується самовизначення в фізичних, інтелектуальних та моральних категоріях, тоді як соціальна визначається належністю до соціальних категорій, таких як раса, національність, стать. Г. Теджфел підкреслює, що соціальна ідентичність виражається через співвіднесення себе з певною групою та емоційну забарвленість цього зв'язку. Ідентифікація відбувається через відбір соціальних характеристик і емоцій, відокремлюючи «своїх» від «чужих». Самокатегоризація, ним описана, розв'язує проблему співвідношення особистісної та соціальної ідентичності, визначаючи їх як дві частини одного континууму: від індивідуальних характеристик до зумовленості груповим членством.

У рамках гуманістичної теорії особистість розглядається як унікальна, екзистенціальна сутність. К. Роджерс визначає ідентичність як організований концептуальний гештальт, що формується на основі перцепцій «я» та пов'язаних з ними цінностей. Цей гештальт може бути усвідомленим або неусвідомленим. Ідентичність розвивається через ясне сприйняття власних виборів та дій, що сприяє цілісності особистості.

Для Е. Фромма ідентичність є ключовим поняттям у розумінні взаємодії людини та суспільства. Персональна ідентичність виникає через індивідуалізацію, відокремлення від природи та інших людей, тоді як соціальна ідентичність формується через самоототожнення з ідеями та цінностями. У сучасному суспільстві, де існує множинність вибору, людина може відчувати ізоляцію, що призводить до втечі від свободи та втрати індивідуальності, що проявляється в деперсоналізації в тоталітарних системах.

А. Маслоу зазначає, що почуття ідентичності досягається через пікові переживання, які відображають автентичне «я». Це не є результатом соціального формування, а спонтанним переживанням, що виникає під час «буттєвого» способу життя, коли людина діє в умовах суперечності з соціумом [4].

Згідно з психодинамічною теорією Т. Яценко, психологічний захист допомагає особистості зберігати переконання про свою ідентичність, навіть якщо ці переконання суперечать об'єктивним фактам. Однак ці механізми можуть порушувати раціональність поведінки, підсилюючи протиріччя в її взаємодії з соціумом. Захисні стратегії базуються на «умовних цінностях», що визначають індивідуальне сприйняття ситуацій та їх спотворення, приховуючи реальність.

Механізми ситуативних захистів діють за принципом «від слабкості до сили» і пов'язані з когнітивними та нормативними цінностями суб'єкта. Хоча вони функціонують у

свідомості, їхня логіка взаємодіє з базовими захистами, які зумовлені підсвідомістю. Конфлікт між логікою свідомості та підсвідомості виникає через слабкість суб'єкта. У випадку виражених особистісних проблем, прагнення «до сили» посилює внутрішню суперечливість «Я». Обидва типи захисту намагаються інтегрувати психіку через прагнення «до сили». Ситуативні захисти керуються реальністю, в той час як базові захисти фокусуються на задоволенні інфантильних потреб. Взаємодія цих захистів породжує відступ від реальності, що вимагає суб'єктивної інтеграції психіки. Основна різниця між ними полягає в тому, що ситуативні захисти не мають організованої системи і функціонують під впливом свідомості та підсвідомості, де остання надає його дії егоїстичний і інфантильний характер. У свідомості формується ідеал «Я», тоді як в підсвідомості – ідеалізоване «Я», засноване на дитячих цінностях [7].

Бажання суб'єкта блокувати або не виявляти власні емоції зумовлене прагненням захиститися від навколишнього світу, який сприймається як ворожий та похмурий. Тенденція до психологічної смерті пов'язана з бажанням досягти сили (бути успішним і неперевершеним), що є частиною ідеалізованого «Я», сформованого під тиском батьківських вимог і страхом покарання. Такі індивіди перебувають у стані психічної закритості, описаному Р. Ліфтоном, що проявляється в автоматизації, деперсоналізації, запереченні реальності та змертвінні емоційних відгуків. Вони блокують власні почуття, оскільки не здатні сприймати реальність без ілюзій, що дозволяє досягти внутрішньої гармонії. Тенденція до психологічної смерті може виконувати інтеграційну функцію, але ціною дезадаптації і викривленого сприйняття реальності. Психіка постійно намагається адаптуватися до соціуму, виконуючи вимоги зовнішнього світу, одночасно реалізуючи інфантильні інтереси. Така суб'єктивна зінтегрованість призводить до психологічної незахищеності, великої витрати енергії і необхідності постійних відступів від реальності в процесі взаємодії з іншими. Неуспіхи часто пояснюються несприятливими обставинами або протидією з боку оточення, яке дискредитується [8].

Коли прагнення уникнути реальності стає домінуючим в свідомості, перетворюючись на основну мету чи ідею, може виникнути проблема узалежненості від віртуального світу. Адиктивна поведінка полягає в бажанні поліпшити емоційний стан, отримати задоволення, що створює ілюзію безпеки та відновлення рівноваги в повсякденному житті. Зміна психічного стану часто супроводжується сильними емоціями, новими ідеями, бажаннями та цілями. Віртуальне спілкування відрізняється високою емоційною насиченістю порівняно з традиційними соціальними контактами, що може призводити до виникнення близьких відносин між учасниками, які переходять у взаємну приязнь, дружбу або навіть «віртуальний роман».

Кіберадикція (інтернет-залежність) часто супроводжується сексуальною залежністю та іншими формами залежностей, зокрема комунікативними. Наприклад, сексуальна залежність може перерости у «кіберсекс», а псевдологія, крусадерство та нігілізм можуть проявлятися у «кіберстосунках». Інші види залежності, такі як інтернет-гемблінг, також можуть бути частиною цього явища.

Основним критерієм діагностики кіберадикції є визначення впливу віртуального світу на життя і поведінку особистості, зокрема через час, проведений у мережі, пошук нових знайомств, перегляд контенту. Це може свідчити про зловживання інтернетом, що виникає через відсутність самоконтролю або слабку волю. Особистісні риси, такі як несамотійність, невміння відмовляти, невпевненість у собі та пасивна життєва позиція, вказують на незрілість особистості, що часто сприяє розвитку різних форм залежностей [3].

Ефект онлайн-розторможування виявляється в розриві між поведінкою в реальному світі та самовираженням особистості у віртуальному просторі. Віртуальна «невидимість»,

відсутність зворотного зв'язку (зорового контакту, фізичної присутності), відмова від особистої відповідальності та можливість уникнення наслідків сприяють іншому типу поведінки в інтернеті порівняно з реальним життям. Це також полегшує обмін інформацією з незнайомцями, оскільки вони не мають достатніх відомостей про особистість. Анонімність підсилює емоції, оскільки є впевненість у можливості уникнути ідентифікації та перекласти відповідальність.

Поведінка в соціальних мережах може бути як активною, так і пасивною, але ефект розторможування впливає на обидва варіанти. Можна споживати контент, який не був би прийнятний у реальному житті, або активно висловлювати думки, що стримувались би у звичайних соціальних ситуаціях. Фактори, що формують ефект онлайн-розторможування, вказують на те, що онлайн-ідентичність не є точним відображенням реальної особистості. Обидві реальності, онлайн і офлайн, створюють різні версії «Я».

Основні фактори та мотивації онлайн-розторможування включають [10; 11]:

- дисоціативну анонімність. Віртуальна анонімність дозволяє людині відокремити свою онлайн-ідентичність від реальної, що знижує вразливість та сприяє саморозкриттю. Це може змінювати моральні та етичні переконання, оскільки вони стають менш пов'язаними з реальним світом;
- дисоціативна увага. Інтернет дозволяє створювати нові версії себе, що можуть відображати інші поведінкові норми. Така віртуальна ідентичність може зростати через задоволення психологічних потреб та підвищення самооцінки;
- невидимість. Взаємодія через текст та ім'я користувача створює відчуття «невидимості», що знижує соціальний ризик і дозволяє людям бути більш відкритими, включаючи розкриття особистих аспектів життя;
- асинхронність. Онлайн-спілкування відбувається з непередбачуваними інтервалами, що створює відчуття відключення від зворотного зв'язку. Це може призвести до зниження соціальної відповідальності, що сприяє вільнішому висловлюванню думок;
- соліпсистська інтроєкція. В онлайн-спілкуванні інші користувачі стають частинами «загального розуму», і їхні думки можуть бути інтроєктовані у свідомість, що спричиняє агресивну або жорстоку поведінку;
- мінімізація авторитету. В інтернеті соціальні ієрархії мають менший вплив, що дозволяє людям висловлювати думки без побоювань, зокрема ті, хто позбавлений привілеїв у реальному житті.

Ці фактори разом створюють умови для розторможування, адже психологічна дистанція у мережі полегшує вираження емоцій та агресії, знижуючи сприйняття їх серйозності. Технічна доступність, відсутність регуляцій та анонімність в інтернеті знижують бар'єри в комунікації. Віртуальний простір дозволяє особистості компенсувати недоліки, приховуючи негативну інформацію і підкреслюючи позитивні аспекти. Однак процес онлайн-спілкування може стати настільки захоплюючим, що починає контролювати реальне життя. Технологічні залежності часто супроводжуються іншими розладами, такими як обсесивно-компульсивні, афективні, хімічні залежності та неврози.

Соціальні чинники пов'язані з технологічним прогресом, інформатизацією суспільства та розвитком електронних комунікацій. Психологічні чинники включають невпевненість, тривожність, інтровертованість та агресивність. Такі індивіди часто мають низьку самооцінку і використовують соціальні мережі для самовираження та створення бажаного іміджу. Соціально-психологічні чинники включають розширення кола однодумців, приналежність до соціальних груп, ескапізм і особливості комунікаційного середовища, такі як анонімність та швидкість взаємодії. Вони створюють умови для формування віртуальних ідентичностей та нових образів в Інтернеті [1; 2; 3].

Таким чином, технологічна доступність, недостатня нормативна регуляція поведінкових моделей та можливість збереження анонімності в онлайн-середовищі детермінують редукцію соціальних бар'єрів у процесі комунікативної взаємодії та зумовлюють виникнення ефекту онлайн-розторможування, основні чинники якого впливають на самопрезентацію особистості, спонукаючи її компенсувати власні недоліки, приховувати негативні аспекти та акцентувати увагу на позитивних характеристиках, що призводить до модифікації власного «Я» у цифровому просторі. Таким чином, онлайн-розторможування відіграє значну роль у формуванні віртуальної ідентичності, що потребує подальших досліджень у контексті соціальної адаптації та психологічного благополуччя особистості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Камінська О. Психологічні основи інтернет-залежності молоді: дис... д-ра. псих. наук. Одеса, 2016. 478 с.
2. Малеева Н. Комунікативні інтернет-практики в сучасному суспільстві. *Навчання і виховання обдарованої дитини: теорія та практика*, 2015. № 1. С. 128–135.
3. Малеева Н. Комунікативні інтернет-практики залежної від соціальних мереж молоді: дис... канд. псих. наук. Київ, 2017. 184 с.
4. Османова А. Психологічні детермінанти розвитку ідентичності особистості у працях зарубіжних та вітчизняних учених. *Вчені записки ТНУ ім. В. Вернадського: психологія*, 2020. № 31 (70). С. 45–52.
5. Полешко Н. Хейтери віртуального простору: соціальнопсихологічний аналіз культури поведінки. ВП «Миколаївська філія Київського національного університету культури і мистецтв», 2019. С. 98–100.
6. Посохова В. Комунікативні характеристики особистості, схильної до інтернет-залежності. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. АПН України, Ін-т соц. та політ. психології. К.: Міленіум, 2005. № 10 (13). С. 209–219.
7. Яценко Т. Розвиток психодинамічної парадигми та методу АСПП. *Науковий часопис НПУ імені М. Драгоманова: психологічні науки*, 2013. № 40. С. 6–19.
8. Яценко Т. Теорія і практика групової психокорекції: Активне соціально-психологічне навчання. К.: Вища школа, 2004. 697 с.
9. Barak A., Lapidot-Lefler N. The benign online disinhibition effect : Could situational factors induce self-disclosure and prosocial behaviors? *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 2015. № 9 (2), 19 p.
10. Suler J. The online disinhibition effect. *CyberPsychology & Behavior: The impact of the Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society*, 2004. № 7 (3), pp. 321–326.
11. Suler J. The online disinhibition effect. *Journal of Applied Psychoanalytic Studies*, 2005. № 2 (2), pp. 184–188.

REFERENCES

1. Kaminska, O. (2016). Psychologichni osnovy internet-zalezhnosti molodi. *Doctor's thesis*. Odesa [in Ukrainian].
2. Malieeva, N. (2015). Komunikatyvni internet-praktyky v suchasnomu suspilstvi. [Communicative Internet Practices in Modern Society]. *Education and Upbringing of Gifted Children: Theory and Practice, No 1, 128–135* [in Ukrainian].
3. Malieeva, N. (2017). Komunikatyvni internet-praktyky zalezhoi vid socialnyh merezh molodi. *Doctor's thesis*. Kyiv [in Ukrainian].
4. Osmanova, A. (2020). Psychologichni determinanty rozvytku identychnosti osobystosti u pratsiah zarubiznyh ta vitchyznnyh uchenykh. [Psychological Determinants of Identity

Development in the Works of Foreign and Domestic Scholars]. *Scientific Notes of V. Vernadsky Taurida National University: Psychology, No 31 (70), 45–52* [in Ukrainian].

5. Polieshko, N. (2019). Heyteru virtualnogo prostoru: sotsialnopsyhologichnyj analiz kultury povedinky. *PH «Mykolaiv Branch of Kyiv National University of Culture and Arts», 98–100* [in Ukrainian].

6. Posohova, V. (2005). Komynikatyvni harakterystyky osobystosti, shylnoyi do internet-zalezhonosti. [Communicative Characteristics of Individuals Prone to Internet Addiction]. *Scientific Studies in Social and Political Psychology. Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, Institute of Social and Political Psychology, No 10 (13), 209–219* [in Ukrainian].

7. Yatsenko, T. (2013). Rozvytok psyhodynamichnoyi paradygmy ta metodu ASPP. [Development of the Psychodynamic Paradigm and the ASPP Method]. *Scientific Journal of M. Drahomanov National Pedagogical University: Psychological Sciences, No 40, 6–19* [in Ukrainian].

8. Yatsenko, T. (2004). Teoriya i praktyka grupovoyi psyhokorektsiyi: aktyvne sotsialnopsyhologichne navchannia. Kyiv: Higher School [in Ukrainian].

9. Barak, A. & Lapidot-Lefler, N. (2015). The benign online disinhibition effect : Could situational factors induce self-disclosure and prosocial behaviors? *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace, № 9 (2), 19*.

10. Suler, J. (2004). The online disinhibition effect. *CyberPsychology & Behavior: The impact of the Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society, № 7 (3), 321–326*.

11. Suler, J. (2005). The online disinhibition effect. *Journal of Applied Psychoanalytic Studies, № 2 (2), 184–188*.

Подано до редакції: 30.03.2025.