

УДК 316.6

DOI: 10.31732/2663-2209-2025-77-555-560

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЇ  
ВИКОРИСТАННЯ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ  
ПОТЕНЦІЙНИМИ АДИКТАМИ РІЗНОГО ВІКУ**

**Олександр Головін**

*Аспірант кафедри психології, ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна, e-mail: HolovinOS@krok.edu.ua ORCID: 0009-0006-2136-7989*

**THEORETICAL AND METHODOLOGICAL ASPECTS OF RESEARCHING THE  
MOTIVATION OF USING SOCIAL NETWORKS  
POTENTIAL ADDICTS OF DIFFERENT AGE**

**Oleksandr Holovin**

*PhD student KROK University, Kyiv, Tabirna str., Ukraine e-mail: HolovinOS@krok.edu.ua ORCID: 0009-0006-2136-7989*

**Анотація.** Питання мотивації у використанні соціальних мереж є важливим напрямом психологічних досліджень, оскільки тісно пов'язані з підвищеними ризиками маніфестації залежної поведінки. Для прогнозування впливу мотивації на схильність особи до надмірного залучення до соціальних мереж використовуються різні теорії мотивації. Наближеність теми інтернет залежності до ігроманії та хімічних залежностей робить вдалими методи адиктології для аналізу проблемного використання мережі. Інтернет залежність часто є коморбідним станом у алкоголь залежних чи споживачів. Разом із спільними тенденціями зв'язків мотиваційної сфери особистості та розвитку проблемного використання інтернету проаналізовано також ключові відмінності. Основні рушійні сили до надмірного використання інтернету суттєво змінюються з віком, залежать від статі та є потенційно надійними прогностичними критеріями для визначення ризику залежної поведінки. Оскільки надмірне використання інтернету може суттєво впливати на поведінку, психічний стан і соціальні взаємодії людей, у статті аналізується сучасний стан проблеми інтернет-залежності в Україні та в світі. Автор робить огляд теоретичних засад та практичних досліджень тих викликів, з якими зустрівся наш соціум у зв'язку зі зміною форми спілкування та зміною умов застосування інформаційних технологій. Виявлено ряд особливостей мотивів інтернет залежних, які набули визначального значення та потребують подальшого вивчення: значення віку та статі, поряд із такими чинниками, як культурні особливості, формують потреби та підказують шляхи виведення персони з кризового стану.

Загалом, користувачі молодших вікових груп керуються мотивами самовираження, емоційної розрядки, соціальних контактів та ігор. В середньому віці серед інтернет залежних осіб жіночої статі більший відсоток залежних від соціальних мереж, в той час як у чоловіків тієї ж групи превалює потяг до ігор та перегляду онлайн відео. Представники старших вікових груп, як правило, використовують онлайн платформи для збереження контактів із близькими, пошуку інформації, підтримання соціальної складової життя. Таким чином, мотиваційні профілі користувачів соціальних мереж демонструють значні вікові відмінності, що підкреслює необхідність врахування специфічних потреб різних вікових категорій при аналізі проблеми інтернет залежності.

**Ключові слова:** екранний час, інтернет залежність, мотивація, обсесивний розлад, соціальна психологія, соціальні мережі, штучний інтелект.

**Формули:** 0, рис.: 0, табл.: 0, бібл.: 17

**Abstract.** Internal motivation is a key in various social studies, for such as compulsive internet use, or internet addiction. Various theories of motivation are employed to predict the influence of motivation on a person's predisposition to excessive involvement in social networks. The similarity between the issue of internet addiction and gambling or substance dependencies makes the methods of addictology effective for analyzing problematic network use. Internet addiction is often a comorbid condition among individuals with alcohol dependence or substance use disorders. Key differences have also been analyzed in addition to common trends in the connections between an individual's motivational sphere and the development of problematic internet use. The main driving forces behind excessive internet use change significantly with age, depend on gender, and serve as potentially reliable predictive criteria for determining the risk of dependent behavior.

Since excessive internet use can significantly affect behavior, mental state, and social interactions, this article examines the current state of the self-motivation in internet addiction problem both in Ukraine and worldwide. The author reviews the theoretical foundations and practical research addressing the challenges our society faces due to the changing forms of communication and the evolving conditions for information technologies. A number of theories was

*mentioned in connection with motives of internet-dependent individuals – peculiarities that have become crucial and warrant further study: age and gender, along with factors such as cultural characteristics, shape needs and suggest pathways for guiding individuals out of a crisis state.*

*Overall, younger users are driven by motives such as self-expression, emotional release, social contacts, and gaming. In middle age, a higher percentage of internet-dependent women are addicted to social networks, whereas among men in the same age group, the inclination toward gaming prevails. Representatives of older age groups generally use online platforms to maintain contact with loved ones and to seek information. Thus, the motivational profiles of social network users show significant age differences, undelining the necessity of considering the specific needs and motivation of different age categories when analyzing the problem of internet addiction.*

**Key words:** *Screen time, internet addiction, motivation, obsessive disorder, social psychology, social networks, artificial intelligence.*

**Formulas:**0; **fig.:** 0; **tabl.:** 0; **bibl.:**17

**Постановка проблеми та її актуальність.** Застосування теорій мотивації для отримання більш повної картини проблеми інтернет-залежності є необхідною умовою для проведення актуального дослідження. Різні теорії з різним ступенем вірогідності пояснюють базові елементи рушійних сил людини, яка знаходиться у зоні ризику інтернет залежності. Це дає можливість робити крос культурний аналіз, застосовувати різні моделі, принципи та інструменти для вирішення конкретних задач чи робити достовірне прогнозування. Застосовуються різні психологічні підходи до вивчення мотивації людей з проблемним використанням інтернету: теорія самодетермінації (Deci & Ryan, 1985) пояснює, що інтернет-залежні можуть використовувати онлайн-активність для задоволення базових психологічних потреб (автономія, компетентність, соціальна приналежність). Загальновідома теорія мотивації за Маслоу: інтернет може задовольняти базові та надбудовані соціальні потреби (комунікація в соцмережах), потребу в самовираженні (творчий потенціал, створення контенту) або потребу в безпеці (онлайн-ігри як копінг та втеча від реальності). Теорія підкріплення Скіннера пояснює залежність через постійне підкріплення (лайки, коментарі, повідомлення) (Skinner, 1988). Подібне пояснення висувають представники біхевіористичної теорії (Gray, 1982), які зважають на концепцію чутливості людей до позитивних і негативних соціальних підкріплень (чутливості до винагород та покарань – як

чинників, що активують їз до повторення позитивного переживання приємних станів чи, гавпаки, уникання травмівних, некомфортних станів). На підставі численних психофізіологічних та нейропсихологічних досліджень можна зробити висновки щодо фізіологічного субстрату інтернет залежності, адже виявлено що активуються ті ж ділянки мозку, що й у людей із залежністю від психоактивний речовин чи азартних ігор (префронтальна кора, система винагороди). Також надмірне використання інтернету впливає на метаболізм дофаміну, що відповідає за компульсивне бажання знову повертатися до онлайн-активності та синдром відміни стимула.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Оскільки мотивація інтернет-залежних має складну природу та пов'язана як із психологічними, так і з нейробиологічними механізмами, дослідження в обох сферах допомагають розробляти ефективні стратегії для корекції проблемної поведінки та покращення якості життя залежних.

Напрямки досліджень мотивації інтернет-залежних ґрунтуються як на виокремленні особливих мотиваційних чинників, так і на побудові реалістичних підходів до зниження ризиків залежної поведінки, тобто стратегія «крок назад» та «крок уперед».

Основні рушійні сили інтернет-залежності, що виявлені останніми науковими дослідженнями, виявили кілька основних мотиваційних причин, які змушують людей повертатися до надмірного та безконтрольного

перебування у мережі: соціальна мотивація, такі як бажання спілкуватися, отримувати схвалення, уникати соціальної ізоляції або, навпаки, ескапізм (втеча від реальності, уникнення стресу, тривожності, проблем дійсності), розваги та дофамінова залежність (перегляд відео, геймінг з короткочасовими раундами або довготривалими стратегіями розвитку онлайн-героя, онлайн-шопінг тощо), почуття контролю (безпечна та анонімізована активність, створення бажаного образу себе), самоствердження (отримання популярності через визнання у соцмережах, досягнення в іграх чи будь-якій іншій онлайн активності).

Вивчення інтернет-залежності та мотиваційних чинників використання соціальних мереж є предметом багатьох наукових праць. Зокрема, визнана дослідниця інтернет-залежності К. Янг запропонувала концепцію інтернет-залежності, окресливши її основні симптоми, серед яких виділяється неконтрольована потреба у використанні мережевих ресурсів. Це проявляється у вигляді симптомокомплексу залежної особи: думки про Інтернет стають доміантними у її свідомості, втрата контролю над використанням, емоційні симптоми (тривоги, роздратованість або депресії), соціальна ізоляція, рецидивний характер (Young, 1998).

Західні дослідники (Kuss & Griffiths, 2011) розглядають соціальні мережі як платформу, що значною мірою впливає на психологічний стан користувачів, сприяючи формуванню звички постійної онлайн-присутності. Спільне дослідження (Andreassen et al. 2012) вказує на те, що інтернет-залежність може мати вікові відмінності, зокрема, молодь частіше використовує соціальні мережі для самовираження та пошуку соціальної підтримки, тоді як старші особи – насамперед шукають підтримки значущих для них зв'язків із близькими, а також шукають засобів уникнення самотності.

Незважаючи на значну кількість досліджень у цій галузі, залишається

недостатньо вивченим питання відмінностей у мотиваційних чинниках використання соціальних мереж серед інтернет-залежних осіб різного віку. Зокрема, бракує комплексних емпіричних досліджень, які б враховували психологічні та поведінкові аспекти використання цифрових платформ.

З плином часу та докорінною зміною значення технологій комунікації також розвивається інструментарій дослідника інтернет залежності, адже класичні шкали (Young, 1998) можуть методологічно застарівати та вимагати корекції. У наведеному прикладі зі шкалою ІАТ, її діагностична цінність та інформативність може змінюватись, завдяки присутності технічних чи соціальних анахронізмів. Дослідники, що працюють із психометричними шкалами, також зазначають суперечливі ситуації, наприклад інтроспективний зсув – випадки, коли запитання ґрунтується на упередженості щодо негативної оцінки використання Інтернету, неточності перекладу та адаптації – випадки, коли переклад тестових запитань призводить до спотворення значення оригінального запитання. Також для точності виокремлення мотивації використання соціальних мереж є врахування ситуаційної коректності, коли запитання втрачає свій зміст в умовах мотивованої соціальної ізоляції та/або зовнішньої небезпеки (КОВІД, військові дії, інші екстремальні обставини життя та інші обставини).

**Формулювання мети статті.** Головною метою даної статті є виявлення спільного та аналіз відмінностей у мотивації надмірного використання соціальних мереж, а також визначення специфічних чинників, що сприяють розвитку залежності у різних вікових групах.

**Виклад основних результатів дослідження.** У межах цього теоретико-методологічного дослідження розглянуто основні відмінності в мотивації використання соціальних мереж у залежних від інтернету осіб молодого,

середнього та похилого віку, що дозволяє виявити специфічні поведінкові патерни та психологічні особливості даної групи користувачів.

Мотивація використання соціальних мереж інтернет-залежними особами різного віку обумовлена комплексом психологічних, соціальних та особистісних чинників, серед яких особливе значення мають прагнення до самореалізації, пошук емоційної підтримки, бажання відволіктися від повсякденних проблем, а також створення ідеалізованого образу власного життя з метою отримання визнання та схвалення від оточуючих, що особливо актуально для підлітків та молоді, які формують свою ідентичність у цифровому просторі (Петрунько & Телешун, 2022; Колеснікова & Сингаївська, 2020). Тоді як для людей середнього та старшого віку ключовими мотивами можуть бути підтримка соціальних зв'язків, відчуття приналежності до спільноти, доступ до інформації та новин, а також компенсаторні механізми, що допомагають боротися з самотністю, тривожністю або невпевненістю в реальному житті, що в сукупності формує залежність від віртуального спілкування, яке нерідко стає домінуючою формою соціальної взаємодії, витісняючи традиційні способи комунікації та реальну міжособистісну взаємодію (Orpenauer, 2009).

Одним із важливих аспектів, що привертає увагу науковців та дослідників, є мотивація використання соціальних мереж особами, які мають ознаки інтернет-залежності, оскільки вона може варіюватися залежно від вікових характеристик користувачів, їхніх соціальних, психологічних та емоційних потреб. Аналізуючи сучасні наукові підходи до вивчення інтернет-залежності, можна зазначити, що вона є комплексним явищем, яке характеризується надмірним залученням до віртуального простору, втратою контролю над часом, проведеним у мережі, а також виникненням негативних наслідків у різних сферах життя, включаючи професійну діяльність, освіту,

соціальні відносини та психоемоційний стан особистості (Гречановська, Мегема & Потапюк, 2023). Особливої актуальності набуває дослідження вікових відмінностей у мотивації використання соціальних мереж, адже підлітки, молодь, дорослі та літні люди можуть мати різні причини для проведення часу у віртуальному просторі, що зумовлено специфікою їхніх потреб, рівнем соціальної взаємодії та психологічними особливостями.

Згідно з вітчизняними дослідженнями (Гаркуша & Кайко, 2019) мотивація використання соціальних мереж серед підлітків з інтернет-залежністю переважно пов'язана з прагненням до самовираження, отриманням соціального схвалення, комунікацією з однолітками та участю в онлайн-спільнотах, які відповідають їхнім інтересам. Для даної вікової категорії характерне формування віртуальної ідентичності, що сприяє розвитку почуття належності до певної соціальної групи, а також можливість уникнути труднощів реального життя через активну взаємодію в мережевих платформах. Відбувається вимушена самосоціалізація без участі дорослих, самоодорослення (Петрунько, 2010; Петрунько & Сілаєва, 2023).

Перелік на даний момент не може бути повним, бо щоденно набуває розвитку та додає нових сторін цього питання: перевантаження інформацією, скорочений час уваги, звикання/призвичаєння до медіа потоку, думскролінг, культура інфлуенсерів, фабрики культу, сексуалізація дітей, порнофілія, віктимна поведінка онлайн, канон/релігійні зловживання, поляризація думок, боти, діпфейки, фейкові новини, виклики для демократії у відсутності лідерства та заохоченні людини маси, всюдоступність різного контенту, всебічний рух на більш екстремальні практики. Водночас, молодь, яка також схильна до інтернет-залежності, може використовувати соціальні мережі для самореалізації, отримання нових знань, ведення блогів, творчого розвитку або навіть для побудови професійних зв'язків,

що відображає більш усвідомлений підхід до цифрової реальності (Петрунько & Сілаєва, 2023). На відміну від представників старшого покоління, молодші користувачі частіше схильні до інтенсивного використання соціальних платформ у розважальних цілях, тоді як старші групи використовують їх для підтримки соціальних зв'язків та отримання інформації (Castells, 2010; Петрунько & Сілаєва, 2023).

Особи зрілого віку, в яких зафіксовано ознаки інтернет-залежності, як правило, використовують соціальні мережі насамперед як засіб пошуку нових соціальних контактів замість тих, які не виправдали їхніх сподівань, та серфінгування в інтернет-просторі без чітко визначених цілей. Цей серфінг не стосується вирішення професійно-ділових питань, обговорення актуальних соціальних тем, пошуку конкретної інформації і навіть пошуку матеріалів для емоційного розвантаження. Цей пошук недоцільний і позбавлений мотивації, спрямованої на задоволення реальних потреб залежного (чи потенційно залежного) користувача. Для цих користувачів характерним є використання мережевих платформ як засобу подолання самотності, стресу або екзистенційної нудьги (Orrepaueg, 2009; Петрунько & Сілаєва, 2023).

Відмінності у мотивації використання соціальних мереж інтернет-залежними особами різного віку проявляються у специфічних психологічних, соціальних та когнітивних особливостях, які визначають характер їхньої взаємодії з цифровим простором, причому молодь та підлітки, перебуваючи на етапі активного формування особистісної ідентичності, схильні використовувати соціальні мережі з метою самовираження, соціального порівняння, отримання схвалення від однолітків та побудови власного іміджу, що часто супроводжується розвитком залежності, оскільки алгоритми платформ стимулюють постійне прагнення до отримання «лайків»,

коментарів і реакцій, які підсилюють дофамінову відповідь мозку, в той час як люди середнього віку, стикаючись із професійними та сімейними викликами, все частіше використовують соціальні мережі як інструмент підтримки соціальних зв'язків, отримання інформації, професійного розвитку та пошуку однодумців, що, незважаючи на позитивний аспект (Joinson, 2008).

Дуже важливим є простір обговорення суспільно важливих тем або ведення блогів, що, у разі залежності, може призводити до нав'язливої потреби у цифровому схваленні та відчуття власної значущості в онлайн-просторі, яке стає компенсаторним механізмом для самоствердження в реальному житті, тоді як люди похилого віку, які можуть стикатися з фізичними або емоційними обмеженнями, знаходять у соціальних мережах можливість для відновлення втрачених зв'язків. Зокрема, є важливою підтримка комунікації з родичами, участь у тематичних спільнотах, що, з одного боку, сприяє їхній соціалізації, але, з іншого боку, може провокувати надмірну емоційну прив'язаність до віртуального світу та уникнення реальних соціальних контактів, що призводить до поступового поглиблення залежності та підвищення рівня тривожності або депресивних станів, особливо у випадку обмеженої можливості взаємодії з оточуючими в реальному житті (Subrahmanyam & Greenfield, 2008).

### **Висновки**

1. У результаті дослідження встановлено загальні панівні риси у мотивації інтернет-залежних осіб. Це пошук емоційного задоволення (розваги, соціальне схвалення чи почуття приналежності), соціальна взаємодія потреба в контролі та самовизначенні, прагнення до нових вражень, ефект "повернення за новими емоціями", а також один із способів уникнення реальних проблем, таких як депресія або тривога. Ці мотиви притаманні усім користувачам, але з різним розподілом за віковими групами та статтю. З віком потреби та, відповідно,

мотиви застосування Інтернет змінюються, відображуючи плинність мотиваційної сфери особистості. Ці риси демонструють, що інтернет-залежність не є простою звичкою, а є складним психологічним явищем, пов'язаним із емоційними та соціальними потребами індивіда.

2. Досліджено характерні потреби за віковим параметром: для підлітків найбільш суттєва і характерна потреба в отриманні соціального схвалення через онлайн-взаємодії, що стимулюється через "лайки" та коментарі. Люди середнього віку використовують інтернет для професійного розвитку, підтримки соціальних контактів та розваг, хоча це може також стати компенсаторним механізмом для боротьби з самотністю, тривожністю або стресом. У випадку літніх людей використання соціальних мереж може стати спробою

вийти із соціальної ізоляції та забезпечити емоційну підтримку, проте це також може посилювати залежність від віртуальної взаємодії, яка заміщає реальні контакти.

3. Результати дослідження також вказують на необхідність розробки диференційованих підходів до профілактики та корекції інтернет-залежності серед різних вікових категорій, з урахуванням специфіки їхньої мотивації та поведінкових патернів. Рекомендовано проводити освітні програми, що підвищують рівень цифрової грамотності та сприяють формуванню здорових звичок використання соціальних мереж у повсякденному житті. Подальші дослідження можуть бути зосереджені на детальному аналізі психологічних механізмів інтернет-залежності та розробці індивідуальних стратегій її подолання.

### Література:

1. Гаркуша, І. В., Кайко, В. І. (2019). Психологічні аспекти та основні мотиви використання соціальних мереж. *Вісник університету імені Альфреда Нобеля, «Педагогіка і психологія»*, 2(18), 40–50.
2. Гречановська, О. В., Мегема, О. М., Потапюк, Л. М. (2023). Вплив соціальних мереж на психологічний стан та самооцінку української молоді. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського*, том 34 (73), 4, 60–66.
3. Петрунко, О. В. (2010). Медіасоціалізація, або соціалізація з медіа замість соціалізації з дорослими. *Психологічні перспективи: Спеціальний випуск*, 103–113.
4. Петрунко, О. В., Сілаєва, О. В. (2023). Інтернет-залежність як адикція сучасної людини. *Вчені записки Університету «КРОК»*, 3(71), 115–124.
5. Петрунко, О. В., Телешун, К. О. (2022). Інтернет-залежність дорослих користувачів та можливості її профілактики. *Вчені записки Університету «КРОК»*, 4(68), 91–99.
6. Колеснікова, Т. В., & Сингаївська, І. В. Психологічні передумови формування іміджу сучасної жінки в соціальних мережах. *Держава, регіони, підприємництво: інформаційні, суспільно-правові, соціально-економічні аспекти розвитку: тези доповідей II Міжнародної конференції* (Київ, 20 листопада 2020 р.). К. : Університет "КРОК", 2020. С. 44–46.
7. Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S., & Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook Addiction Scale. *Psychological Reports*, 110 (2), 501–517.
8. Castells, M. (2010). *The rise of the network society*. Chichester: John Wiley & Sons, 97–99.
9. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. New York, Plenum Press, 43–49.
10. Gray, J. A. (1982). *The Neuropsychology of Anxiety: An Enquiry into the Functions of the Septo-Hippocampal System*. Oxford University Press, 305–317.
11. Joinson, A. N. (2008). Looking at, looking up or keeping up with people? Motives and use of Facebook. *Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, 1026–1037.
12. Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online Social Networking and Addiction – A Review of the Psychological Literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(9), 3528–3552.
13. Oppenauer, C. (2009). Motivation and needs for technology use in old age. *Gerontechnology*, 8(2), 82–87.
14. Skinner, B. (1988). The behavior of organisms. *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, 119–126.
15. Subrahmanyam, K., Greenfield, P. (2008). Online communication and adolescent relationships. *The Future of Children* 18 (1), 119–146.
16. Young, K. (1998). Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237–244.
17. Young, K. (1998). Caught in the Net: How to Recognize the Signs of Internet Addiction and a Winning Strategy for Recovery. New York: John Wiley & Sons, 98–113.