

УДК 159.9 : 004.738.5

Бондаревська Людмила

кандидат психологічних наук, доцент
кафедри психології, глибинної корекції та реабілітації
Черкаського національного університету
імені Богдана Хмельницького
<https://orcid.org/0000-0003-3657-5159>

Лега Єлизвета

здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти
Черкаського національного університету
імені Богдана Хмельницького
<https://orcid.org/0009-0003-4020-6417>

Лисенко Софія

здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти
Черкаського національного університету
імені Богдана Хмельницького
<https://orcid.org/0009-0002-8926-8451>

Саленкова Лариса

здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти
Черкаського національного університету
імені Богдана Хмельницького
<https://orcid.org/0009-0009-4480-2500>

DOI <https://doi.org/10.35619/praprv.v1i21.357>

ЕФЕКТ ОНЛАЙН-ДЕЗІНГІБІЦІЇ У КОНТЕКСТІ ВІРТУАЛЬНОГО СПІЛКУВАННЯ

Анотація. У статті розглянуто роботи іноземних та вітчизняних авторів щодо дослідження ефекту онлайн-дезінгібіції, як нового фактору впливу на комунікативний процес у мережі Інтернет. Розкрито сутнісний зміст ефекту розгальмування в інтернет-просторі, що обґрунтовує різницю між сприйняттям суб'єктом власної ідентичності в онлайн та офлайн форматах. Визначено, що онлайн-ідентичність відрізняється від реальної, оскільки у віртуальній мережі для суб'єкта існує можливість залишитися анонімним та перебувати на психологічній відстані.

Авторами статті означено поняття власної ідентичності, яке включає три основні рівні – індивідуальний, особистісний та соціальний, що дає змогу суб'єкту створити власну інтерпретацію ідеалу «Я» в мережі. Окреслено різницю між поняттями ідеал «Я» та ідеалізоване «Я» в контексті психодинамічного підходу Яценко. Визначено вплив психологічних захистів та соціальної перцепції у спотворенні реальності і створенні образу ідеалізованого «Я».

Розглянуто вплив ефекту розгальмування на користувачів у активному і пасивному форматах перебування в мережі. Досліджено основні фактори та мотивації онлайн-розгальмування, такі як: дисоціативна анонімність, дисоціативна увага, невидимість, асинхронність, солісистська інтроєкція та мінімізація авторитету. Також розглянуто ефект розгальмування в мережі з точки зору психологічної дистанції, що важливо для пізнання процесу комунікації.

Підрезюмовано, що вплив ефекту дезінгібіції залишається маловивченим і потребує глибинного дослідження у сфері практичної психології.

Ключові слова: онлайн-ідентичність, дезінгібіція, розгальмування, дисоціативна анонімність, дисоціативна увага, невидимість, асинхронність, солісистська інтроєкція, мінімізація авторитету.

Постановка проблеми. Перегляд структури комунікативного процесу, адаптованого до технічних характеристик організації віртуального комунікативного простору, визначає системні зміни в психологічному профілі учасників віртуального спілкування. Широке використання інтернет-технологій стало необхідною частиною активності та взаємодії особистості на різних рівнях її самовираження: від професійно-функціональних аспектів до інтимно-особистісних. Безсумнівно, серед найактуальніших проблем сучасної практичної психології виділяється важливий напрямок досліджень – вивчення психологічних особливостей використання інтернет-технологій з метою спілкування. Особливої уваги потребує тема ефекту онлайн-дезінгібіції, яка впливає на формування ідентичності особистості в мережі.

Метою статті є аналіз основних факторів та мотивацій ефекту розгальмування у мережі як механізмів модифікації власного «Я» в інтернет-спілкуванні.

Виклад основного матеріалу. На сучасному етапі розвитку суспільства інтернет-мережа виконує значущу роль у спілкуванні людей та обміні інформацією. Однак, онлайн середовище не завжди сприяє конструктивному спілкуванню, оскільки доволі частими є прояви агресивної чи неконструктивної поведінки користувачів, що є важливим питанням сьогодення. Однією із нагальних проблем є вияв користувачами надмірних емоцій, зокрема грубості, активної критики та інтенсивних сперечань у віртуальних коментарях і форумах. Тому заявлена тема є актуальною і потребує детального дослідження та пошуку першопричин і шляхів профілактики. Ми припускаємо, що факт підвищеної емоційності в онлайн середовищі може бути пов'язаний з ефектом розгальмування в мережі, що обумовлюється зняттям обмеження прямих наслідків.

Для розкриття механізмів самопрезентації у інтернет-спілкуванні варто звернутися до розгляду сутності феномену дезінгібіції. Як зазначають Носенко, Аршава (2010), дезінгібіція в психології розглядається як фактор для дослідження феномену імпульсивного пошуку відчуттів в контексті стимуляції, шляхом подолання комунікативних бар'єрів, що виникають при встановленні зв'язків з іншими особами у неформальному спілкуванні (на вечірках; під час спільного вживання алкоголю чи участі у сексуальних взаємодіях). Дослідження дезінгібіції відображено в наукових працях Прентіс-Данн та Роджерса (1982). Психологи розглядають її як результат низького рівня уваги суб'єкта до публічної поведінки, що призводить до подальшого зниження значення оціночних думок, які мають оточуючі.

Поняття дезінгібіції в контексті віртуального спілкування презентовано у роботах Сулера (2004, 2005), Барєка та Лапід-Лефлер (2015), Монджезізадеха та Анторо (2016), Немеш (2017), Кононець та Можайкіної (2021), Галабурди та Кривопишиної (2021), Фуштей (2022), Малєєвої (2017), Полєшко (2019). Зокрема, Барєк та Лапід-Лефлер розглядають позитивні аспекти онлайн-розгальмування як можливого впливу на саморозкриття та просоціальну поведінку особистості (2015). У роботі Монджезізадеха та Анторо визначено роль дезінгібіції в розвитку індустрії онлайн-відеоігор (2016). Кононець та Можайкіна розглядають дезінгібіцію як вияв деструктивної міжособистісної комунікації і фактор криміногенного впливу (2021). Галабурда та Кривопишина описують вплив дезінгібіції віртуального спілкування студентів в умовах діджиталізації освіти (2021). Фуштей досліджує розгальмування в контексті профілактики кібербулінгу серед студентської молоді (2022). Малєєва виокремлює вплив розгальмування на фіксацію проблеми узалежнення особистості

від інтернет-мережі (2017). Полешко описує соціально-психологічний аналіз культури поведінки хейтерів онлайн-мережі і вплив дезінгібіції на формування цього явища (2019).

Згідно досліджень Немеш (2017), ефект розгальмування, також відомий як дезінгібіція, у кіберпросторі часто називається субкультурним терміном «флейм». Це поняття охоплює різноманітні форми активності, від простої неввічливості до використання великих літер і знаків оклику, а також «переходу на особистості» у відношенні до іншого користувача мережі. Якщо інгібіція обмежує поведінку через самосвідомість, тривожність у соціальних ситуаціях і врахування оцінок від оточуючих, то дезінгібіція може бути визначена відсутністю або протилежністю цих чинників. У контексті поведінки в Інтернеті дезінгібіція може описуватися як менш обмежена активність порівняно з аналогічною поведінкою в реальному житті. Тобто дезінгібіція не обмежується лише ворожнечею або іншими формами негативного спілкування, але розглядається як будь-яка поведінка, що характеризується вираженням зниження важливості самопрезентації і оцінок інших осіб (Немеш, 2017).

Отже, ефект розгальмування в Інтернеті, відомий як «Online Disinhibition Effect» (dis (від англ.) – відсутність; inhibition (від англ.) – гальмування), пов'язаний із послабленням механізмів самоконтролю, яке особистість відчуває у віртуальному спілкуванні, на відміну від спілкування «очі в очі». У нейропсихологічному трактуванні гальмування – це процес, спрямований на пригнічення збудження у відповідь на подразник (Буджакі, Джонас, 2007). У психології термін «інгібіція» окреслює обмеження та контроль поведінки самосвідомістю (Міллер-Кін, 2003). Відповідно, дезінгібіція – це протилежний процес, який характеризується відсутністю гальмування. Цей ефект виникає внаслідок того, що в просторі Інтернету важче керувати своїми імпульсами, оскільки знижується відчуття обмежень і збільшується можливість для самовираження, завдяки анонімності та фізичній дистанції, яку забезпечує мережа. Онлайн-ідентичність відрізняється від реальної, адже Інтернет надає можливість анонімності та психологічної віддаленості. Це дозволяє знизити фільтрацію, збільшити імпульсивність та агресивність, ігноруючи конвенції та обмеження. «Ховаючись» за екраном, користувачі схильні вважати, що їхні дії не матимуть таких серйозних наслідків (Сулер, 2004, 2005). Таким чином, людина відчуває ілюзорну психологічну захищеність, силу та безпеку.

Еріксон (1968) розглядає ідентичність як складний аспект особистості, що має багаторівневу структуру, яку можна розкрити через три основні рівні аналізу людської природи: індивідуальний, особистісний і соціальний. На індивідуальному рівні ідентичність визначається як результат усвідомлення особою власної часової протяжності і виражається у уявленнях про себе як про сталий елемент у фізичних особливостях, темпераменті, здібностях, наявності минулого і прагненні до майбутнього. На особистісному рівні ідентичність визначається як відчуття власної унікальності, неповторності життєвого досвіду і тотожності самому собі. Із соціального погляду, ідентичність належить до особистісних конструктів, що відображають внутрішню солідарність людини із соціальними, груповими ідеалами і стандартами, сприяючи процесу категоризації «Я» (Еріксон, 1968).

Згідно психодинамічної теорії Яценко (2004), саме психологічний захист дозволяє особистості утримувати переконання про свою ідентичність, нехтуючи об'єктивною інформацією, яка може суперечити цим переконанням. Однак ці захисні механізми можуть порушувати раціональність та послідовність поведінки суб'єкта, підсилюючи протиріччя в його взаємодії з соціальною групою, до якої він належить. Ці захисні стратегії ґрунтуються на «умовних цінностях» суб'єкта, які визначають індивідуальний спосіб сприйняття ситуацій та характер викривлень. Ці цінності приховуються через відхилення від реальності. Механізм ситуативних психологічних захистів, подібно до базових захистів, має загальний принцип «від слабкості до сили». Узагальнено кажучи, ці захисти базуються на когнітивній інстанції, що об'єднує як умовні, так і нормативні цінності суб'єкта.

Ситуативні захисти, навіть якщо вони діють «вертикально», все одно пов'язані з базовими захистами і сліднують за тенденцією «до сили». У той час як ситуативні захисти пов'язані з логікою свідомості, базові захисти мають відношення до логіки підсвідомості. Виникнення конфлікту між цими двома видами логіки спонукається слабкістю суб'єкта. У випадку вираженої особистісної проблеми тенденція «до сили» стає головною, загострюючи внутрішню суперечливість «Я». Отже, обидва види захисту намагаються інтегрувати психіку в напрямі «до сили». Ситуативні захисти, покладаючись на логіку свідомого та реальну ситуацію, підпорядковуються принципу реальності, тоді як базові захисти спрямовані на завершення «справ дитинства» (інфантильні цінності «Я») і пов'язані з принципом задоволення. Проте, завдяки взаємозв'язку між цими двома видами захисту та їх спільному функціонуванню, завжди виникає потреба у відступі від реальності, породжуючи необхідність суб'єктивної інтеграції психіки. Основна відмінність між ними полягає в тому, що ситуативні захисти не мають окремої системної організації; вони функціонують одночасно під впливом логіки свідомості (їх логіки) і базових захистів (логіки несвідомості). Логіку несвідомого можна також охарактеризувати як прихований смисл соціально забарвлених дій, який суперечить їхній соціальній природі через егоїстичний і інфантильний характер. У випадку свідомого процесу існує ідеал «Я», який може бути свідомо визначений та окреслений. Протилежно, в несвідомому процесі існує ідеалізоване «Я», що базується на умовних цінностях, сформованих в період дитинства (Яценко, 2004).

Варто також виокремити вплив соціальної перцепції на формування ідентичності та ідеалу «Я». У соціальній психології термін «соціальна перцепція» вперше був введений американським психологом Брунером (1973). Він стверджував, що сприйняття в області як об'єктивно-фізичних (сенсорних) характеристик сприйнятого об'єкта, так і в процесуальному аспекті, є визначеним не лише об'єктивними характеристиками, але й прихованими соціальними впливами. Серед цих соціальних чинників він вказував на минулий досвід суб'єкта, його цілі, наміри, а також на рівень значущості ситуації. Під час проведення експериментальних досліджень автор висунув три загальні гіпотези, які стосувались соціального сприйняття: чим вища соціальна цінність об'єкта, тим більше його сприйняття піддається впливу поведінкових детермінантів, а отже, «такий об'єкт буде вибірково сприйматися серед інших об'єктів, фіксуватися в результаті умовно-рефлекторної діяльності сприйняття і перцептивно виділятися»; чим сильнішою є потреба особистості в конкретному соціально цінному об'єкті, тим більший вплив мають поведінкові детермінанти; невизначеність об'єктів сприйняття полегшує вплив поведінкових детермінантів лише в тому випадку, якщо це перешкоджає дії вродженим детермінантам, зменшуючи ефективність поведінкових факторів (Брунер, 1973).

Отже, ефект розгальмування в Інтернеті ілюструє розрив між поведінкою особистості в реальному світі та тим, як вона проявляє себе у віртуальному просторі. Особистість демонструє більше самовираження та саморозкриття через наявність «невидимості». Відсутність конкретного зворотного зв'язку (зорового контакту, фізичної присутності), відмова від особистої відповідальності, використання цифрової маски та щита, а також можливість уникнення наслідків можуть впливати на рішення діяти в Інтернеті інакше, ніж це відбувалося б у реальному житті. Ці фактори також сприяють легкості обміну різною інформацією з незнайомцями, оскільки останні не володіють достатніми відомостями про особистість. Даний ефект є основною причиною того, чому люди вчиняють як «диванні воїни», виявляючи грубість та використовуючи цифрову анонімність. Анонімність сприяє посиленню емоцій, оскільки є впевненість, що можна уникнути наслідків власних дій, перекласти відповідальність і відмовитися від своїх слів, через можливість уникнення ідентифікації. У крайньому випадку, існує помилкова думка: «Якщо ніхто не знає, хто я є, мені не потрібно враховувати наслідки своїх вчинків».

Як зазначає Сулер (2000), перебування в соціальних мережах може бути як активним, так і пасивним, але ефект розгальмування в Інтернеті може впливати на обидві форми поведінки. Суб'єкт може пасивно споживати контент, який не подобається йому, або ж активно висловлює свої думки, які у реальному житті могли б і не висловлюватися чи навіть приховуватися. Фактори, що породжують ефект розгальмування в Інтернеті, були виділені Сулером (2004, 2005), науковцем у галузі кіберпсихології. Згідно з його дослідженням, онлайн-поведінка та ідентичність не є абсолютно вірним відображенням характеру. Онлайн-ідентичність відрізняється від офлайн-ідентичності рисами і формами поведінки, при цьому жодна з них не представляє справжнього чи оригінального «Я». Обидві реальності, онлайн і офлайн, конструюють різні версії одного і того ж «Я» (Сулер, 2004). Звертаючись до ідей Юнга, автор вказує на те, що особистість складається з полярностей, які взаємодіють динамічно. Ці протилежні полюси можуть включати розум і почуття, любов і ненависть, дисципліну і безладдя, страх і довіру, або навіть чоловіка і жінку («Аніма» і «Анімус»), дух і плоть (Сулер, 2004).

Основними факторами та мотивацією онлайн-розгальмування є:

1. Дисоціативна анонімність. Дисоціація – це психічний процес, який входить до захисних механізмів психіки і дозволяє особі сприймати події як щось, що відбувається не з нею особисто, а з іншими (Психологічний словник, 2018). У віртуальному просторі люди часто використовують анонімність для приховування своєї ідентичності, що дозволяє їм відокремитися від своєї звичайної особистості та робить їх менш вразливими. Це відключення від реальності сприяє саморозкриттю, але також може змінювати моральні, етичні та нормативні переконання, оскільки вони стають менш пов'язаними із матеріальною реальністю (Сулер, 2004).

2. Дисоціативна увага. Однією з мотивацій використання онлайн-середовища є потреба уникнення реальності; в Інтернеті індивіди можуть створювати нові, змінені версії самих себе. Віртуальне «Я», що взаємодіє в інтернет-просторі, відокремлене від фізичного «Я». Це віртуальне «Я» може відтворювати нові форми поведінки, які відповідають іншим правилам. Створення такої віртуальної ідентичності може бути спричинене незадоволенням психологічних потреб, які підсилюють самооцінку та впевненість у собі, або може впливати з фантазій і бажань, що дозволяють сміливу поведінку через враження привабливості цієї ідентичності (Сулер, 2004).

3. Невидимість. Коли взаємодія в Інтернеті обмежується лише ім'ям користувача та текстовим контентом, таким як коментарі, пости та опитування, виникає специфічна психологічна та фізична «невидимість». Відсутність зорового контакту, міміки, мови тіла та інших елементів невербальної комунікації надає людям відчуття сміливості: вони стають менш ризико-боязкими. Оскільки їхні дії і висловлювання мають обмежений вплив на зовнішнє сприйняття, вони відчувають менше тривоги стосовно оцінки іншими. Люди стають відкритішими в обміні деталями свого особистого життя, включаючи незграбні історії, травматичні переживання та особисті зізнання, які можуть викликати негативні емоції. Ця «невидимість» в Інтернеті є ключовою причиною створення безпечних просторів для вільного обміну думками та досвідом (Сулер, 2004).

4. Асинхронність. Онлайн-спілкування характеризується асинхронністю, що означає, що воно відбувається з непередбачуваними інтервалами між взаємодією. Ми можемо відповісти на електронний лист протягом десяти днів або провести розмову в режимі реального часу, яка раптово перерветься на сім годин. Коли зникає бажання продовжувати обговорення, може виникнути ефект гальмування, оскільки є відключення від циклу зворотного зв'язку. Асинхронність також включає в себе неспівпадіння миттєвих відгуків. Під час взаємодії у діалозі увага сфокусована на предметі розмови, співрозмовнику та власних переживаннях. Взаємодія відбувається «тут і зараз», є вираження власного ставлення до повідомлень. Коли цей потік взаємодії переривається, діалог стає «холодним»,

зв'язок втрачається і виникає відчуття відчуження від сутності розмови та партнера, що за екраном (Сулер, 2004).

У неперервному циклі зворотного зв'язку реального життя, люди виявляють більшу схильність слідувати соціальним нормам, аніж висловлювати різноманітні зауваження (Сулер, 2004).

5. Соліпсистська інтродекція. Філософський термін «соліпсизм», походженням якого є латинське «solus ipse» (єдиний, сам), визначає особу, що володіє переконанням, яке беззаперечно приймає лише одну реальність – своє власне свідоме сприйняття (Енциклопедія «Британніка», 2023). Така людина вважає, що єдиними реальними елементами є власна свідомість та існування.

У випадку онлайн-спілкування, яке відбувається асинхронно, тобто з відсутністю миттєвого обміну, можливий ефект розмитого самообмеження (Сулер, 2004). В Інтернеті інші користувачі стають частинкою «загального розуму», а їхні думки і висловлення інтегруються в свідомість через явище інтродекції. Це може призводити до того, що агресивні або жорстокі думки, що виникають в ментальному просторі, відокремленому від реального світу, інтродектуються та виражаються в цифровому середовищі.

Взаємодія у мережі не надає користувачам змоги бачити реальні фізичні деталі або створювати повний образ онлайн-співрозмовника, як це можливо в реальному житті. Відсутність цієї можливості призводить до того, що користувачі заповнюють прогалини у сприйнятті особи власними уявленнями та інтерпретацією текстових повідомлень, що створює спотворене уявлення про свого онлайн-співрозмовника. Дослідник Сулер підкреслює, що під час онлайн-спілкування люди можуть несвідомо уявляти, що особа за текстовим екраном насправді не реальна, а є лише взаємодією, створеною їх власною уявою (2004, 2005).

6. Мінімізація авторитету. У віртуальному просторі Інтернету статус і соціальні класи втрачають свою чітку визначеність, і соціальні ієрархії, що базуються на віці, досвіді, повазі, славі, компетентності та інших параметрах, мають невелике значення (за винятком конкретних контекстів), якщо вони не пов'язані з онлайн-публікаціями. В Інтернеті кожному надається рівний доступ до можливості ділитися тим, чим вони бажають поділитися. Навпаки, у реальному світі така можливість часто обмежена соціальними класами.

Крім того, впливові постаті в Інтернеті не можуть так ефективно використовувати свій авторитет для домінування, як у реальному житті, за допомогою мови тіла, одягу, голосу і інших засобів. Зменшення впливу авторитету та соціального статусу підштовхує людей до вільного висловлення своїх думок, іноді навіть грубо, не маючи страху перед осудом. Це допомагає тим, хто позбавлений певних привілеїв у реальному світі, вільно висловлювати свої думки, обминаючи соціальні бар'єри (Сулер, 2004).

Інший спосіб розглядати ефект розгальмування в мережі – це аналізувати його з точки зору психологічної дистанції. Підкреслимо, що важливим аспектом психологічної дистанції є вплив на інтенсивність емоцій людини. Збільшення психологічної дистанції сприяє легшому освоєнню сильних емоцій. Ймовірність того, що люди створюватимуть емоційно насичені повідомлення, зростає, оскільки вони можуть вважати, що відстань полегшить їхню емоційну виразність. Жорсткі повідомлення в Інтернеті, ймовірно, не будуть сприйматися серйозно, оскільки психологічна дистанція спрямовується на зниження їхнього впливу та сприймання (Сулер, 2004, 2005).

Сучасна особистість все більше звертає свою увагу на технологічні аспекти як засоби формування власної ідентичності для організації особистого життя та створення власного комунікативного простору. Соціальні мережі та аналогічні сервіси надають ряд переваг та можливостей порівняно з іншими формами комунікації. За допомогою взаємодії в соціальних мережах індивід може формувати свій власний віртуальний простір та коло спілкування, враховуючи власні пріоритети та уявлення, що дозволяє відчувати себе

вільним, невимушеним та впевненим (Малєєва, 2017). З огляду на вищезазначене, тема психологічно-безпечного спілкування у віртуальному просторі потребує ретельного вивчення у розрізі практичної психології.

Висновки. Без сумніву, технічна доступність, відсутність чітких регуляцій поведінки та можливість анонімності в Інтернет-комунікації призводять до розмиття значущості бар'єрів у взаємодії суб'єктів і виникнення ефекту онлайн-дезінгібіції.

До основних факторів та мотивацій інтернет-розгальмування відносяться: дисоціативна анонімність, дисоціативна увага, невидимість, асинхронність, соліпсистська інтроєкція та мінімізація авторитету, що спонукають особистість у цифровому просторі виявляти тенденцію до компенсування своїх недоліків, утримувати негативну інформацію про себе в тіні та підкреслювати лише позитивні аспекти свого життя, утворюючи модифікацію власного «Я» в Інтернеті.

СПИСОК ПОСИЛАНЬ

- Малєєва Н. С. (2017). Комунікативні інтернет-практики залежної від соціальних мереж молоді. Дис. на здоб. наук. ступ. канд. псих. наук. Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. Київ <https://ispp.org.ua/2020/05/06/malyeyeva-n-s-komunikativni-internet-praktiki-zalezno%D1%97-vid-socialnix-merezh-molodi/>
- Можайкіна О. С., Кононець О. М., (2021). Інтернет як фактор детермінації протиправної поведінки підлітків. *Право і суспільство*, 2021. 1. <https://doi.org/10.32842/2078-3736/2021.1.30>
- Немеш О. М. (2017). *Віртуальна діяльність особистості: структура та динаміка психологічного змісту*: Монографія. Національна академія педагогічних наук України, Інститут психології імені Г.С. Костюка. Київ. Слова
- Носенко Е. Л., Аршава І. Ф. (2010). *Сучасні напрями зарубіжної психології: психологія особистості*: підручник. Вид-во Дніпропетр. нац. ун-ту. Дніпро.
- Полешко Н. С. (2019). Хейтери віртуального простору: соціальнопсихологічний аналіз культури поведінки. *Матеріали V Всеукраїнської науково-практичної конференції "Стан та перспективи розвитку культурологічної науки в Україні"*: Зб. тез доповідей (II частина). Миколаїв : ВП «МФ КНУКІМ». 98-100.
- Фуштей О. В. (2022) Соціальна профілактика кібербулінгу серед студентської молоді. *Науковий вісник Ужгородського університету*. Серія: «педагогіка. соціальна робота» 1 (50). 294-297.
- Яценко Т. С (2004). *Теорія і практика групової психокорекції: Активне соціально-психологічне навчання*. Навч. посіб. Київ. Вища школа 679.
- 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.
- Britannica (2023). The Editors of Encyclopaedia. "solipsism". Encyclopedia Britannica. URL: <https://www.britannica.com/topic/solipsism>.
- Bruner S. (1973). *Beyond the Information Given: Studies in the Psychology of Knowing*. W. W. Norton, Incorporated, 526.
- Buzsaki G., Jonas P. (2007). Scholarpedia "neural inhibition", 2(9), 3286.
- Dictionary of Psychology (2018). "Dissociation". American Psychological Association. URL: <https://dictionary.apa.org/dissociation>.
- Erikson E. (1968). *Identity Youth and Crisis*. W. W. Norton & Company (1), 336.
- Halaburda M., Krivopishina O. (2021). Disinhibition of students' virtual communication in the conditions of digitalization of education. *Yearbook of Varna university of management* 14,17, 261-270.

- Miller-Keane (2003). Encyclopedia and Dictionary of Medicine, Nursing, and Allied Health, Seventh Edition. by Saunders, an imprint of Elsevier, Inc.
- Monjezizadeh L., Untoro A. (2016). How the Online Disinhibition Effect Affects the Online Video Game Industry. Uppsala University, 28.
- Prentice-Dunn, S., & Rogers, R. W. (1982). Effects of public and private self-awareness on deindividuation and aggression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43(3), 503–513.
- 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.
- Suler J. (2005) The online disinhibition effect. *Journal of Applied Psychoanalytic Studies* 2(2), 184-188.

REFERENCES

- Malieieva N. S. (2017). *Komunikativni internet-praktyky zaleznoi vid sotsialnykh merezh molodi*. Avtoref. dys. ... kand. psykhol. nauk. Kyiv. <https://ispp.org.ua/2020/05/06/malyeyeva-n-s-komunikativni-internet-praktiki-zalezno%D1%97-vid-socialnix-merezh-molodi/> [in Ukrainian].
- Mozhaikina O. S., Kononets O. M., (2021). Internet yak faktor determinatsii protypravnoi povedinky pidlitkiv. *Pravo i suspilstvo*, 2021. № 1. DOI <https://doi.org/10.32842/2078-3736/2021.1.30> [in Ukrainian].
- Nemesh O. M. (2017). *Virtualna diialnist osobystosti: struktura ta dynamika psykholohichnoho zmistu: Monohrafiia*. Natsionalna akademiia pedahohichnykh nauk Ukrainy, Instytut psykholohii imeni H.S. Kostiuka. Kyiv. [in Ukrainian].
- Nosenko E. L., Arshava I F. (2010). *Suchasni napriamy zarubizhnoi psykholohii: psykholohiia osobystosti: pidruchnyk*. Vyd-vo Dnipropetr. nats. un-tu. Dnipro. [in Ukrainian].
- Polieshko N. S. (2019). *Kheitory virtualnoho prostoru: sotsialnopsykholohichniy analiz kultury povedinky*. Materialy V Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii "Ctan ta perspektyvy rozvytku kulturolohichnoi nauky v Ukraini": Zb. tez dopovidei (II chastyna). Mykolaiv : VP «MF KNUKIM». S.98-100. [in Ukrainian].
- Fushteï O. V. (2022) *Sotsialna profilaktyka kiberbulinhu sered studentskoi molodi*. Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho universytetu. Seriia: «pedahohika. sotsialna robota» 1 (50), S. 294-297. [in Ukrainian].
- Yatsenko T. S (2004). *Teoriia i praktyka hrupovoi psykhekorektsii: Aktyvne sotsialnopsykholohichne navchannia*. Navch. posib. 679 s. [in Ukrainian].
- 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. [in English].
- Britannica (2023). The Editors of Encyclopaedia. "solipsism". *Encyclopedia Britannica*. URL: <https://www.britannica.com/topic/solipsism>. [in English].
- Bruner S. (1973). *Beyond the Information Given: Studies in the Psychology of Knowing*. W. W. Norton, Incorporated, 526. [in English].
- Buzsaki G., Jonas P. (2007). Scholarpedia "neural inhibition", 2(9), 3286. [in English].
- Dictionary of Psychology (2018). "Dissociation". American Psychological Association. URL: <https://dictionary.apa.org/dissociation>. [in English].
- Erikson E. (1968). *Identity Youth and Crisis*. W. W. Norton & Company (1), 336. [in English].
- Halaburda M., Krivopishina O. (2021). Disinhibition of students' virtual communication in the conditions of digitalization of education. *Yearbook of Varna university of management* 14,17, 261-270. [in English].
- Miller-Keane (2003). Encyclopedia and Dictionary of Medicine, Nursing, and Allied Health, Seventh Edition. by Saunders, an imprint of Elsevier, Inc. [in English].

- Monjezizadech L., Untoro A. (2016). How the Online Disinhibition Effect Affects the Online Video Game Industry. Uppsala University, 28. [in English].
- Prentice-Dunn, S., & Rogers, R. W. (1982). Effects of public and private self-awareness on deindividuation and aggression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43(3), 503–513. [in English].
- 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. [in English].
- Suler J. (2005) The online disinhibition effect. *Journal of Applied Psychoanalytic Studies* 2(2), 184-188. [in English].

ONLINE DISINHIBITION EFFECT IN THE CONTEXT OF VIRTUAL COMMUNICATION

Ludmila Bondarevska

Candidate of Psychological Sciences,

Associate Professor at

the Department of Psychology, Deep Correction and Rehabilitation

The Bohdan Khmelnytsky National University of Cherkasy

<https://orcid.org/0000-0003-3657-5159>

Yelyzaveta Leha

Student of Master program

The Bohdan Khmelnytsky National University of Cherkasy

<https://orcid.org/0009-0003-4020-6417>

Sofiia Lysenko

Student of Master program

The Bohdan Khmelnytsky National University of Cherkasy

<https://orcid.org/0009-0002-8926-8451>

Larysa Salenkova

Student of Master program

The Bohdan Khmelnytsky National University of Cherkasy

<https://orcid.org/0009-0009-4480-2500>

DOI <https://doi.org/10.35619/praprv.v1i21.357>

Abstract. The article reviews the works of foreign and Ukrainian authors on the study of the online disinhibition effect as a new factor influencing communication on the Internet. The essential content revelation of the disinhibition effect on the Internet justifies the difference between the subjective perception of online and offline self-identity. It is determined that online identity differs from the real one due to the opportunity to remain anonymous and be at a psychological distance online.

The authors of an article indicated the concept of self-identity, which includes three main types - individual, personal, and social that enable the person to create a self-interpretation of the ideal self online. The difference between the concepts of the ideal self and the idealized self in the context of psychodynamic paradigm of Yatsenko is outlined. The influence of psychological defenses and social perception on the reality distortion and creation of the idealized image of self is determined.

It is considered the disinhibition effect influence on users in active and passive formats of staying online. The main factors and motivations of online disinhibition are investigated, such as

dissociative anonymity, dissociative attention, invisibility, asynchrony, solipsistic introjection, and minimization of authority. The online disinhibition effect is also considered in the context of psychological distance, which is essential for understanding the communication process.

It is summarized that the influence of the disinhibition effect remains little studied and requires in-depth research in the field of practical psychology.

Key words: Online identity, disinhibition, dissociative anonymity, dissociative attention, invisibility, asynchrony, solipsistic introjection, minimization of authority.

Стаття надійшла до редакції 10.11.2023 р