

**Київський національний університет імені Тараса Шевченка**

**Факультет психології**

**Кафедра психології розвитку**

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА  
ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ІНСТИТУТІВ СОЦІАЛІЗАЦІЇ ЗІ ШКІЛЬНОЮ  
ТРИВОЖНІСТЮ ПІДЛІТКІВ ПІД ЧАС ВІЙНИ**

Освітньо-професійна програма «Психологія»

Спеціальність 053 «Психологія»

студентки 4 курсу 6 групи

**Яни ІВАНЧЕНКО**

**Науковий керівник:**

к.п.н., доцент,

доцент кафедри психології розвитку

**Яна ЗАПЕКА**

Допустити до захисту в ЕК  
кафедра психології розвитку

Протокол № \_\_\_\_\_ від \_\_\_\_\_

Завідувач кафедри: д.психол.н., доц.

**Наталія ДЕМБИЦЬКА**

\_\_\_\_\_ (підпис)

Київ – 2024

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	3
<b>РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ШКІЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ ТА СОЦІАЛІЗАЦІЇ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ІНФОРМАЦІЙНОГО ПРОСТОРУ ПІД ЧАС ВІЙНИ</b> .....	7
1.1 Поняття та основні характеристики шкільної тривожності підлітків.....	7
1.2 Соціалізуючий вплив інформаційного простору під час війни.....	16
1.3 Особливості проявів шкільної тривожності у підлітків під час військового стану.....	24
Висновки до розділу I.....	31
<b>РОЗДІЛ II. ОРГАНІЗАЦІЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ</b> .....	32
2.1 Операціональна модель дослідження.....	32
2.2 Методологія, програма емпіричного дослідження та опис вибірки.....	33
2.3 Обґрунтування методик дослідження.....	34
Висновки до розділу II.....	38
<b>РОЗДІЛ III. АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ</b> .....	40
3.1 Аналіз результатів дослідження за методиками.....	40
3.2 Особливості взаємозв'язку шкільної тривожності підлітків з особливостями їхньої соціалізації та побудовою міжособистісних стосунків.....	45
3.3 Гендерні відмінності у проявах шкільної тривожності підлітків під час війни .....	50
3.4 Рекомендації з психологічної підтримки для зменшення тривожності серед підлітків .....	55
Висновки до розділу III.....	59
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	61
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	65
<b>ДОДАТКИ</b> .....	72

## ВСТУП

**Актуальність проблеми дослідження.** В умовах сьогодення, прояв шкільної тривожності підлітків можна вважати ознакою неблагополучного психологічного стану. У ранньому підлітковому віці починається формування самооцінки, початок статевого дозрівання, прагнення до спілкування з однолітками та утвердження своєї приналежності до світу дорослих. Фактично, підлітковий вік є початком переходу дитини до дорослої сформованої особистості, яка формується через низку факторів впливу. Невід'ємною частиною сучасності в якій проходить соціалізація підлітків є технологічний вплив та умови воєнного стану в Україні.

Проблема тривожності підлітків є дуже важливою і популярною та потребує детального аналізу фахівців. Особливо з початком карантину 2019 року через пандемію COVID19, результати досліджень показали, що шкільна тривожність мала значний ріст, а з початком повномасштабного вторгнення це стало гострою та актуальною проблемою. Сьогодні за умов воєнного стану загострюється відчуття тривоги та ризик виникнення психологічних порушень. Через те, що підлітки наразі не стабільно відвідують заняття на постійній основі через обстріли та зміни графіку відвідування занять, навчання проходить з використанням інформаційних технологій, що обумовлює проведення більшості свого часу у соціальних мережах, що робить мас-медіа невід'ємною частиною життя кожного підлітка. Підлітковий вік характеризується своєю вразливістю, підлітки піддаються впливу інформаційного потоку, навіюванню та маніпуляціям, що може призвести до негативних наслідків. Починаючи з проблем булінгу, закінчуючи влаштуванням терактів. Тому, саме мас-медіа є одним із головних джерел з яких підліток отримує інформацію і формує свої погляди. Тому можна сказати, що вивчення даної теми може допомогти батькам та вихователям краще розуміти потреби та можливості їхніх дітей, а також запобігати розвитку шкільної тривожності враховуючи умови сьогодення.

Отже, дослідження з даної тематики можуть мати практичне значення для батьків, вихователів та психологів, які працюють з підлітками.

**Мета дослідження** - здійснити теоретичний огляд наукових досліджень з проблематики підліткової тривожності та емпірично дослідити взаємозв'язок інститутів соціалізації зі шкільною тривожністю підлітків під час війни.

**Об'єкт дослідження** – шкільна тривожність.

**Предмет дослідження** – взаємозв'язок інститутів соціалізації зі шкільною тривожністю підлітків під час війни.

**Завдання:**

1. Здійснити теоретичний аналіз наукової літератури з проблеми шкільної тривожності підлітків в умовах інформаційного простору під час війни; проаналізувати провідні інститути та механізми соціалізації підлітків.

2. Обґрунтувати методики та провести емпіричне дослідження взаємозв'язку інститутів соціалізації та шкільної тривожності підлітків в умовах інформаційного простору під час війни.

3. Дослідити взаємозв'язок шкільної тривожності підлітків з особливостями їхньої соціалізації (домінуючими інститутами та механізмами соціалізації).

4. Встановити гендерні відмінності у проявах шкільної тривожності підлітків під час війни.

5. Створити рекомендації з психологічної підтримки для зменшення тривожності серед підлітків.

**Теоретико-методологічні основи дослідження ґрунтуються на теоріях:** епігенетичного розвитку особистості Е. Еріксона, розвитку моральної свідомості особистості Л. Кольберга, концепції психічного розвитку дитини Д. Б. Ельконіна, теорії тривожності К.Хорні, трансактного аналізу Е. Берна.

**Методи дослідження:** для розв'язання поставлених завдань в дослідженні були використані комплекс теоретичних та емпіричних методів

наукового дослідження: теоретичні – аналіз, узагальнення та систематизація психологічних даних з проблеми дослідження; емпіричні - психодіагностичні методики: тест шкільної тривожності Філіпса, методика «Інститути та механізми соціалізації» А.Лучинкіної, методика визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка та анкета опитувальник для збору загальної інформації про досліджуваних. Також для обробки даних були використані наступні методи математично-статистичної обробки: описові статистики, кореляційний аналіз Спірмена, T-test незалежних вибірок Мана-Уїтні.

**Емпірична база дослідження:** Досліджуваними виступали учні середньої загальноосвітньої школи №60 Комплексного розвитку дітей «Росток», в розмірі 28 осіб та учні ліцею “Едюкейтр” в кількості - 36 особи віком від 10 до 13 років . Загальна кількість досліджуваних становила 64 особи.

**Наукова новизна та теоретична значущість дослідження.** З’ясовано основні передумови та наслідки проявів шкільної тривожності підлітків в умовах мас-медіа простору під час війни Дані матеріали можуть бути використані для подальшого дослідження та більш детального вивчення розглянутої проблеми.

**Практичне значення дослідження.** Отримані результати дослідження можуть бути корисні для роботи шкільних та дитячих психологів для встановлення та запобігання розвитку шкільної тривожності серед підлітків. Визначення місця мас-медіа простору в психологічному розвитку підлітка під час війни дає можливість розробити заходи корекції, спрямовані на запобігання та виникнення шкільної тривожності у тінейджерів навіть під час перебування у інтернет просторі. Результати дослідження будуть сприяти розвиватковій здоровій самооцінці підлітків, впевненості у собі, товарищескості та успішності у школі.

**Структура роботи.** Робота складається з трьох розділів, загальних висновків, додатків та списку використаних джерел (64 найменувань, з них 21 – іноземною мовою). Загальний обсяг роботи - 81 сторінок, основний

зміст роботи викладено на 60 сторінці комп'ютерного тексту. Робота містить 12 таблиць та 1 рисунок.

# РОЗДІЛ І ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ШКІЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ ТА СОЦІАЛІЗАЦІЇ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ІНФОРМАЦІЙНОГО ПРОСТОРУ ПІД ЧАС ВІЙНИ

## 1.1 Поняття та основні характеристики шкільної тривожності

Вивчення тривожності на сьогоднішній день привертає велику кількість уваги психологічного ком'юніти так, як кількість підлітків, які переживають тривожність через вплив війни, інформаційних атак та булінгу зі сторони однолітків надзвичайно велика.

Тривожність – є особистісною психологічною властивістю, що часто відображається на схильності людини до паніки. Це сильна тривога через незначні причини. Це можна розглядати як рису особистості або поведінкову рису, пов'язану з вразливістю нервової системи, або обидва явища одночасно [37].

З іншого боку, «тривога» - це емоційний стан, який проявляється в невідомих і неточно визначених ситуаціях і характеризується очікуванням несприятливого розвитку подій. Тобто, можна сказати, це внутрішній прояв дискомфорту особистості, який характеризується є епізодичним проявом переживаннями та хвилювання [24].

Погляд на природу тривожності розглядало дуже багато видатних психологів, наприклад, Зигмунд Фройд, який вважав, що тривожність - це зіткнення біологічних потягів із соціальними обмеженнями. Він дивився на тривожність як на симптоматичний прояв внутрішнього емоційного конфлікту, викликаного тим, що людина несвідомо пригнічує в собі відчуття, почуття або імпульси, які є для неї занадто загрозливими або дратівливими.

Альфред Адлер вважав, що тривога - це комплекс неповноцінності який характерних, коли людина страждає на нездатність і не може сформувати звичайний контакт з іншими. Його очікування ранить його хвилювання, тому, виходячи на вулицю, він просить допомоги у оточуючих і «просить допомоги» через безсилля та вразливості. Крім того, люди, які

страждають на тривогу, мають тенденцію до прогресивних ідей, таких як самозадоволення та самовдоволення, іноді з поєднанням сарказму та агресії.

За словами Карен Хорні, базальна тривожність відображає всеосяжне і глибоке почуття самотності та безпорадності. Тривожність у її концепції становить основу для розвитку неврозів, через заглушення ворожості. Хорні вважала, що дитина народжується з почуттям тривоги, що виникає відчуттям втрати зв'язку з утробою матері.

Гаррі Салліван стверджує, що тривожність варто розглядати не тільки властивість особистості, але як перешкоду для її розвитку. Він виділив два типи переживань: ті, що виникають внаслідок напруження, і ті, що виникають у процесі перетворення енергії.

На думку Еріха Фромма тривога- є наслідком екзистенційного конфлікту між інстинктами та самосвідомістю та між природою та свободою. Людина, позбавлена можливості успішно взаємодіяти з природою, змушена шукати нові форми взаємодії зі світом, щоб подолати тривогу і безпорадність, у якому вона шукає безпеки і спокою [5].

Альберт Елліс розробив теорію раціональної емоційної поведінки, яка стверджує що в основі всіх емоційних розладів, включи тривогу та тривожну поведінку, лежить особистісна схильність до абсолютних і жорстких оцінок себе, інших і життя. Ці нереалістичні оцінки, звані ірраціональними переконаннями, можуть породжувати, не тільки емоційні розлади, а й цілий спектр саморуйнівної поведінки, наприклад зловживання психоактивними речовинами, агресивність, шкільна неуспішність, проблеми у стосунках, прийом їжі розлади і самогубства [56].

Тобто, виходячи із думки видатних психологів, тривога є рушійним процесом розвитку багатьох психологічних хвороб. Цей процес часто виникає у зв'язку з глибоким внутрішнім конфліктом, який виникає через недостатність глибинних ресурсів для досягнення поставлених цілей, неузгодженість потреб та шляхів їх задоволення, нестабільність та соціальну незрілість.

Підлітковий вік - емоційно забарвлений час, який характеризувався змінами поведінки, переживаннями стосовно різних аспектів життя та емоційно не стабільним станом. Саме для даного віку характерним є переживання, труднощі та кризи. Це фундаментальний період становлення особистості, під час якого встановлюються стійкі форми поведінки, риси характеру, способи емоційного реагування, отримується великий обсяг бази знань умінь та навичок, становлення «Я», становлення себе та обрання своєї ролі у соціумі.

Наприклад, німецький психолог Е. Шпрангер вважав, що підлітковий період є віком культурного розвитку. Він писав, що психологічний розвиток - це розвиток індивідуальної душі в об'єктивному і нормативному дусі епохи. Обговорюючи, чи завжди підлітковий вік є часом «бурі та натиску», Е. Шпрангер зазначив три типи розвитку юнацтва. Перший тип характеризується стрімким, бурхливим, кризовим перебігом, коли молода людина переживає друге народження, в результаті чого формується нове «Я». Другий тип зростання - це плавне, поступове, поступове зростання, при якому молодь вступає в доросле життя, не зазнаючи глибоких і радикальних змін своєї особистості. Третій тип – це той же процес розвитку, в якому підліток активно і свідомо формується і вчиться, власними зусиллями долає внутрішні проблеми і труднощі. Це ознака людей з високим ступенем моралі та етики [42].

Крім того, існують труднощі, пов'язані з розвитком статевого дозрівання в підлітковому віці, різноманітними фізичними змінами, автономією, активним саморозвитком, характеристиками тяжіння та розвитком пасії. На фоні стрімких змін виникають кризові періоди, які ускладнюють контроль над процесом соціалізації [41].

Даний перехідний період характеризується втратою дитячого світогляду, отримання нового життєвого досвіду та появою тривожності у різних її проявів. Найпоширеніше місце де підліток отримує найбільший потік стресу це школа.

Шкільна тривожність - це страх і тривога, пов'язані з необхідністю регулярно відвідувати школу. Шкільна тривожність розвивається швидко і може розвинути в дошкільному віці в результаті багатьох факторів, таких як: тиск з боку батьків щодо результатів дитини, порівняння з іншими дітьми, агресивна поведінка вчителя, емоційне та фізичне насильство. На тлі зовнішнього впливу дорослих у дитини може з'явитися почуття нездорової конкуренції і в подальшому вплинути на розвиток шкільної тривожності у старших класах, що з часом призводить до стану тривожності у дорослому житті.

У майбутньому на розвиток шкільної тривожності в середній та старшій школі впливатимуть наступні фактори: надмірна робота, велика кількість позакласних заходів і гуртків, розвиток учнів та академічна програма на рівні освіти, негативні зв'язки між Відсутність методів навчання і стратегії зустрічі учнів та їхніх однолітків, підготовка до іспитів, а також потреби та здібності студентів.

У підлітковому віці тривожність стає стійкою рисою особистості. Самосприйняття та самооцінка підлітків стають непослідовними, що ускладнює бачення їхніх успіхів і невдач і впливає на точні судження, що проявляється частими негативними емоційними переживаннями та тривогою. У цьому віці тривожність часто розвивається внаслідок незадоволення потребою забезпечити стабільне позитивне самовизначення, часто пов'язане з розривом стосунків з іншими. Тривога може мати дуже негативний ефект у цьому віці.

Порівнюючи, наприклад гендерні особливості, можна сказати, що тривожними є як хлопчики, так і дівчатка, але, за словами експертів, цей показник знижується у віці від 9 до 11 років, а у дівчат тривожні прояви знано підвищуються у дівчат після 12 років. Зазвичай, дівчата більше зосереджуються на стосунках з іншими людьми. Юнаки більше бояться фізичної шкоди і покарання [12].

Шкільна тривога є поширеною проблемою психічного здоров'я дітей і підлітків, яка може негативно вплинути на їхні особисті стосунки, а також на навчання. Вчителі можуть допомогти розпізнати ознаки тривоги та підтримати учнів у класі [49].

Симптоми шкільної тривожності можуть проявлятися різними формами та шляхами.

- *Поведінковими проявами* можуть бути: сором'язливість та емоційна скутість під час відповідей на уроках, пасивна поведінка під час процесу навчання та спілкуванні з однокласниками, не активна участь у освітньому процесі, неадекватна реакція на прохання чи зауваження вчителів.
- *Фізичні симптоми*- це різні прояви соматичних захворювань, які можуть виникати без особливих об'єктивних причин (надмірне потовиділення, мігрені, розлади шлунку та інше)
- *Емоційні симптоми*, які виникають у школяра перед походом в школу чи під час виконання домашньої роботи. можуть бути: obsесивно-компульсивна поведінка або повторювані поведінкові патерни, (гризіння нігтів, кусання губ та щік, скручування волосся та інше), надмірне занепокоєння, дратівливість, засмучення.

Підвищення рівня шкільної тривожності пов'язане з підлітковими кризами. Криза часу характеризується серйозними життєвими змінами в індивідуумі, коли змінюється провідна діяльність, а фокус зміщується на увагу однолітків і соціальну владу. Інколи поведінка підлітків стає девіантною, а в деяких випадках залежною, різко зростає агресивність, впливаючи на рівень тривожності, незалежно від об'єктивних умов розвитку підлітка. Щоб спробувати взяти на себе роль дорослого, підліток може почати багато розмірковувати, глибше вникати у свої проблеми, можуть відчувати себе ізольованими та розгубленими внаслідок посилення емоційних реакцій [64].

Психологічна підліткова криза може виникати у результаті жорсткої конкуренції серед підлітків, де відставання в якійсь сфері стосунків може призвести до появи стану тривоги, невпевненості і, в кінцевому підсумку, до зміни психологічних установок.

- Інтелектуальна криза- це дисбаланс між інтелектуальним рівнем підлітка і вимогами, що пред'являються навчальними закладами, що може викликати почуття інтелектуальної неповноцінності.
- Сексуальна криза- пов'язана із фізіологічними змінами, внаслідок впливу біологічних побудов та соціальних норм щодо сексуальності, а також через переживання першої кохання, що може змінити ціннісну картину світу підлітка.
- Фізична криза- утворюється на основі недоліків фізичних даних, особливо якщо вони не відповідають очікуванням підлітка щодо зовнішності, що може призвести до почуття сором'язливості, страждань та усамітнення.
- Сімейна криза- це непорозуміння між дітьми і батьками, а також через будь-які проблеми, що порушують звичне життя сім'ї, що важко переживається підлітком, який часто винуває батьків у своїх проблемах.
- Криза цінностей виникає внаслідок зміни системи цінностей, що може призвести до ціннісного вакууму, у якому розвиваються підлітки, що гостро відчують тягар суперечностей між цінностями дорослих і власними цінностями, які ще формуються [39].

Тому фактори, пов'язані з кризою підліткового віку, впливають на всі сторони життєвих процесів, і прояв тривожності в є характерним проявом цього процесу. Серед молодих людей існує певний внутрішній дисонанс внаслідок суперечливих бажань і можливостей. Батьківські очікування, певні соціальні конфлікти з однолітками, тиск з боку вчителів і батьків, академічна неуспішність і підвищення академічної успішності – все це сприяє цьому

внутрішньому конфлікту. Молода душа відчуває тривогу через усі ці травматичні події [41].

У цьому віці для підлітків стає важливим їх провідеа діяльність - спілкування. Вони часто шукають однодумців і авторитетів, які їх підтримують. Тому дуже важливо підтримувати готовність молодих людей спілкуватися з друзями в цьому віці.

Тривога очевидна у стосунках. Деякі психологічні фактори, такі як: нестабільна самооцінка, поява сорому, відсутність спілкування з батьками та відсутність ефективної підтримки з їхнього боку, мають значний вплив на форму та тривалість тривоги. Ця проблема може призвести до стосунків і хронічної її форми, яка протікає дуже важко і заважає досягти успіху в подальшому житті.

Оскільки, разом із дружелюбністю та тягою до спілкування в підлітків виникає такий стан психіки як сором'язливість. Під час формування свого власного образу «Я», вони можуть втрачати можливість заявляти про себе, йти до мети, реалізовувати бажане та комунікувати з однолітками. Якщо потреба у спілкуванні не задовольняється належним чином, це призводить до ізоляції, пови стресу та можуть породжувати тривожність, яка у результаті стає відносно стійким утворення особистості [19].

Підлітковий вік – це складний етап у розвитку кожної людини, який характеризується розвитком соціальних стосунків, активним життям і фізичними змінами. Отже, розвиток сексуальності впливає на розвиток тривожності у молодих людей, оскільки нервова система має значний вплив на цей процес. У цьому віці тривога стає результатом самооцінки, пошуку особистісних якостей. Це загострює підліткову кризу і робить тривожність одним із джерел насильства серед молоді. Молоді люди, які приховують свої хвилювання, не можуть попросити про допомогу, і це може погіршити соціальні стосунки та ставлення до них оточуючих [13].

Тому причина соціального стресу пов'язана з емоційними станами, які впливають на стосунки в соціальній сфері, що особливо важливо для

молодих людей, на яких впливають думки та оцінки однолітків. Фрустрація потреби в досягненні успіху характеризується негативним психологічним фоном у класі, який ускладнює реалізацію учнями своєї потреби в досягненні високих результатів. Проблеми та напруженість у стосунках із викладачем можуть призвести до зниження успішності через відчуття негативних емоцій у стосунках із ним, наприклад, ігнорування думки учнів, використання неупереджених методів спілкування та ігнорування психічні особливості дітей певного віку.

Перебування в соціальних ситуаціях супроводжується стресом і тривогою для людей з високим рівнем тривожності. Відповідно до моделі виконавчої функції, позитивні та негативні метакогнітивні переконання передбачають соціальну тривожність. Думки науковців доводять, що існує взаємозв'язок між соціальною тривожністю та сором'язливістю та зловживанням наркотиками та алкоголем [53].

Хоча соціальні страхи поширені під час підліткового періоду, високий рівень соціальної тривожності, що спричиняє клінічно значущий стрес і порушення, описується двома основними діагностичними системами та зазвичай називається соціальним тривожним розладом. Симптоми соціального тривожного розладу зазвичай з'являються в підлітковому віці. Ключовими ознаками соціальної тривоги можуть бути: відчуття страху та занепокоєння в соціальних ситуаціях, труднощі у веденні розмови, важкість у вираженні своїх думок, уникнення соціальних контактів, занепокоєння через видимі прояви тривоги, такі як страх публічного засудження, осоромлення чи приниження [57].

Тривога значним чином впливає на фактор ризику прогулів у школі. Ризик прогулів у школі зростає в міру збільшення кількості факторів ризику, і що лікування тривожної відмови від навчання має базуватися на профілі індивідуальних факторів ризику [52].

Дорослі виступають як важливі фігури в соціальному контексті розвитку підлітка. Тінейджер може взяти на озброєння авторитарні моделі

поведінки, які транслює йому: масові кумири (відомі співаки чи актори тощо), вчителі (в ролі друзів дорослих) або батьки (за умови своєчасної та правильної реакції на соціальну кризу) [3].

Розвиток булінгу серед школярів прямо пов'язаний з проявом тривожності у підлітків [48].

Проблема розвитку булінгу внавчальних закладах стала привертати увагу науковців більше останніми роками. Булінг – це поведінка, яка суперечить соціальним нормам і проявляється у психічних і фізичних тортурах. Засади такої поведінки є низька самооцінка, нерозвиненість емоційного інтелекту, соціальна незахищеність, відсутність злагодженої профілактичної роботи серед учнів, приховування та байдужість до таких подій, характер виховної роботи в школах тощо [23].

Результати дослідження булінгу у школах та їх зв'язок з тривогою, депресією та почуття власної гідності підтверджують ідею про те, що діти, які зазнали знущань, більш тривожні, а хулігани однаково або менш тривожні, ніж їхні однолітки [61].

У підлітковий період активно розвивається фізична, гормональна та емоційна сфери. Через швидкі зміни підліток достатньо не усвідомлює, що з ним відбувається та саме це зумовлює емоційну мінливість настрою. ДГЕА (Дегідроепіандростерон), стероїдний гормон, який зростає в підлітковому віці, раніше пов'язували з тривогою, хоча напрямок цього ефекту був неоднозначним. Період статевого дозрівання є часом швидкого зростання частоти тривожних розладів, і, таким чином, гормони статевого дозрівання можуть відігравати певну роль у виникненні тривожної психопатології [58].

Особливу увагу також необхідно звернути на мотиваційну сферу підлітка. До її складу входить зовнішня і внутрішня мотивації, які слугують величезною рушійною силою, що прямо впливає на результати навчання [2].

Під час зростання у молодих людей спостерігаються зміни в емоційній сфері, виявляючи критичність, самостійність і незалежність. Вони виявляють збудливість і непослідовність, що позначається на їх емоційному стані.

Помітно також поширення депресії, різних страхів і тривоги, де сімейне виховання та оточення завдають ключовий вплив.

Таким чином, підтримка дорослими виявляється у називанні, прийнятті та підтримці емоційних виявів дітей, що є важливим для розвитку їхньої індивідуальності та творчого потенціалу [32].

## **1.2 Соціалізуючий вплив інформаційного простору під час війни**

Сьогоднішній день важко уявити без використання гаджетів і соціальних просторів. В останні десятиліття інформаційний простір займає велике місце в житті кожної людини, а для підлітка він став ще одним фактором соціалізації, що є одним із обов'язків його життя. Онлайн-спілкування стало більш поширеною формою спілкування, ніж звичайне спілкування. Також слід враховувати, що в цей період змінювалася й освітня система середніх і вищих навчальних закладів. На сьогоднішній день, на території України домінувала онлайн-форма навчання, що, безсумнівно, змінило когнітивний, емоційний та фізичний стан підлітків. Зміни в методах навчання зменшили передачу більшої відповідальності студентам завдяки безпосередньому навчанню, безпосередній взаємодії з викладачем і більшій кількості матеріалу, доступного для самостійного вивчення. Ці фактори в сучасному середовищі підвищують рівень стресу і тривожності в школі.

Враховуючи фактор соціалізації та спілкування з однолітками, який відіграє одних із домінуючих сфер діяльності підлітка, також піддається частковому обмеженні через дистанційний формат навчання. Тому, сучасні підлітки повинні вміти налагодити контакт та поводити себе у інтернет просторі. Незважаючи на це, підлітки можуть відчувати себе ізольованими навіть під час очного навчання, особливо якщо вони мають проблеми у спілкуванні. Це може призвести до розвитку тривоги та інших психологічних роладів. [8].

Соціалізуючий вплив— це процес, за допомогою якого люди засвоюють цінності, норми, поведінку та соціальні ролі, життєво важливі для

існування у соціумі. Це відбувається протягом усього життя, але найбільш сильно проявляється у період дитинства та підлітковому віці. Сімейні стосунки є соціально-психологічним простором, де всі учасники мають неминучі соціалізаційні ефекти, а ефективність сімейних рішень є результатом спільних зусиль. Вплив соціалізації зачіпає мету цього впливу та особистість індивіда – саморозвиток у відповідності з цією парадигмою та щодо дії виконавчих агентів.

Суспільні моральні норми, які визначаються в різноманітних ролях, формують моральні норми культури дітей. Вони визначають, хто впливає на особистість дитини в суспільстві, на її свідомий характер, цілеспрямованість, здатність до рефлексії та критичного мислення, активність і творчість, активність і відповідальність, самостійність прийняття рішень [6].

Соціальні мережі виступають потужним агентом вторинної соціалізації людини: соціалізації не тільки в мережевому суспільстві, але й у реальному середовищі, в якому живе людина [34].

Механізми соціалізації — це ефекти та перебіги, використовуючи які люди набувають соціальні норми, значущість, ролі та поведінку, необхідні для повноцінної діяльності у публічному просторі. Дані механізми дають змогу людям об'єднуватись в соціальні групи та товариства та пристосовуватися до соціальних обставин і вдосконалювати свою особистість. Найважливішими формами соціалізації є ідентифікація, інтерналізація, екстерналізація, наслідування, підпорядкування.

В свою чергу соціально-психологічний механізм — це стійка організація зв'язків між формуванням соціальних норм і різними сторонами мотиваційної структури особистості [10].

Надзвичайно важливо враховувати індивідуальний фактор розвитку кожного підлітка та приділяти особливу увагу кожному, особливо в умовах воєнного стану.

Молодих людей щодня бомбардують повідомленнями, що містять негатив, цензуру, образи та насильство в соціальних просторах. Через

особливості віку, підліткова психологія вразлива до серйозних когнітивних змін під час розвитку внутрішньої незалежності, самосприйняття та незалежної поведінки. У зв'язку з цим психіка підлітка схильна до впливу стресів і хвилювань. У цей період дуже важлива стресотійкість.

Чуйність в Інтернет-просторі характеризує молодих людей через їхню вроджену наївність, інтерактивність, захоплення віртуальним середовищем та готовністю до інновацій у соціальних мережах, які пропонують багато можливостей для соціальних мереж. Батьківський вплив зростає, коли батьки беруть активну участь у посередництві онлайн-діяльності підлітків. Загалом на молодь більше впливають батьки, ніж однолітки [62].

Підлітковий вік характерний розвитком соціальної сфери, проявом соціальної активності, асимілювання до правил нового середовища та засвоєння правил функціонування соціума. Тінейджер у даному віці створює перші спроби побудови своєї особистості, розуміння своїх потреб та постановка цілей. Це обумовлює провідний вид діяльності, який у даному віці - це спілкування. Соціальні мережі- це місце де підліток має можливість проявити свою індивідуальність. Також, через брак спілкування з батьками, однолітками та вихователями, школярі шукають підтримки у інтернет просторі [35].

Важливо зазначити, що вплив – це процес і результат зміни індивідом поведінки іншого суб'єкта, його установок, намірів, уявлень та оцінок у ході взаємодії між ними. Іншими словами, вплив – це змога мати вплив на будь-кого, на його дії та задуми та бажання [21]. Існують два види впливу, спрямований і неспрямований вплив. Спрямований – це різновид впливу, завдяки якому вплив здійснюється на особу через переконання чи навіювання, тобто суб'єкт впливу ставить собі завдання домогтися певних результатів від об'єкта впливу. Неспрямований – це націлений суб'єктом вплив, що не ставить завдання досягти результатів від об'єктів впливу.

Соціальний вплив означає явище, коли поведінка, думки чи

переконання особи змінюються внаслідок її мережевих зв'язків, часто стаючи більш схожими на тих, з ким вона пов'язана.

Через низку перерахованих факторів, таких як онлайн формат навчання, сучасний технологічний вплив та розвиток соціальних мереж сучасні підлітки все більше проводять часу в інтернет середовищі, яке наповнене фейками, пропагандою, дезінформацією, інформаційними атаками та нецензурною інформацією. що мають суттєвий вплив на емоційну складову. Особливо це стосується розвитку особистості підлітка. Важливо зазначити, що воєнні дії розв'язали і інформаційну війну.

Інформаційна війна — це акт впливу на населення країни шляхом поширення певної інформації в інтернет просторі у мирний або воєнний час і захисту громадян країни від такого впливу. Це по-різному визначає використання інформації, правильної ідеї, громадської думки на користь організатора, який підтримує систему ідей. Результатом будь-якої інформаційної війни є визнання фактів чи подій у думці, яка потрібна маніпулятору та формування правильного світогляду чи вже існуючих переконань проти заперечень чи непорозумінь. Мета цього виду маніпуляції можна описати як «зміна поведінки, отримання більш високого статусу на стороні та контроль над своєю особистістю». Для цього використовуються методи маніпуляції свідомістю, видалення інформації, перевантаження інформацією, підміна фактів [18].

Беручи до уваги, що основа закладення у свідомість громадян країни агресора фейків про українське суспільство, створила закладений у свідомості негативний патер до українського суспільства за допомогою методів маніпуляцій, фейків та пропаганди. І тому, саме розвиток інформаційного інтернет середовища надзвичайно має вплив на розвиток підлітків у сучасному суспільстві і стає ключовим місцем де підліток виражає себе, комунікує з іншими та просто проводить свій вільний час. Тому надзвичайно важливо зробити цей простір з безпечним та корисним для кожної особистості. що наразі знаходиться у стадії формування своєї психіки

та свідомості. Щоб надалі коли підліток становиться дорослою людиною, він мав змогу створювати власну систему цінностей та модель поведінки, на якій буде ґрунтуватися його потенційна соціальна діяльність [26].

Кіберсоціалізація – форма соціалізації людини в кіберпросторі. Це процес зміни структури самосприйняття особистості, що відбувається під впливом і використанням сучасних інформаційно-комп'ютерних технологій у життєвому середовищі. Онлайн-соціалізація В Інтернет-середовищі людина знайомиться та спілкується в соціальних мережах, використовуючи її ресурси та взаємодіючи з віртуальними агентами соціальних мереж [27].

Також, одна з нагальних питань сучасного суспільства - це педагогічна спадщина нашої країни. Внаслідок триваючої анексії та окупації України росією багато бібліотек, музеїв та навчальних закладів зазнали серйозної шкоди. Одним із шляхів часткового вирішення вищеописаної проблеми є створення локальних енциклопедичних видань, особливо інтернет-енциклопедій. Це онлайн-енциклопедія та інші ресурси, які зібрали комплексні та універсальні науково-філософські знання, корисні для збереження безцінних знань вітчизняних науковців та передачі їх наступним поколінням українців. [43].

Інтернет-спільнота може мати позитивний чи негативний вплив на підлітків, оскільки більшість молоді дивляться на медіа як на свого найкращого друга через вплив суспільства. Відсутність уваги з боку батьків або невміння спілкуватися з однолітками також змушує дітей до інтернет-спільноти [60].

Найбільш вразливою до наслідків інформаційної війни є молодь. Тому сучасний тінейджер завжди перебуває у стані тривоги, стресу та емоційного виснаження. Тому дуже важливо навчити нове покоління користуватися екологічною інформацією, фільтрувати всі матеріали, які вони отримують з джерел інформації. Щоб підтримувати свій морально-емоційний стан, їх необхідно навчити використовувати та дотримуватися правил інформаційної безпеки. Це стан безпеки систем передачі, обробки та зберігання даних, що

забезпечують конфіденційність, доступність і цілісність даних, тобто захід, спрямований на забезпечення безпеки даних від несанкціонованого доступу, використання, розголошення наборів даних - подій. змінити або знищити. Сьогодні, як ніколи важливо проводити роботу із забезпечення інформаційної безпеки в усіх сферах розвитку молоді, перекласти відповідальність не лише на сім'ю, а й на школи, гуртки та всі інші місця, де підліток піддається соціалізації. заробляє [4].

Незалежно від того, чи є невідповідне користування інтернетом залежністю, дослідження постійно показують, що надмірне користування інтернетом може призвести до психологічних і поведінкових проблем серед невеликої меншості людей. включаючи проблеми з фізичним здоров'ям (наприклад, сухість очей, біль у шиї, спині та плечах). регулярні головні болі, оніміння великого, вказівного та середнього пальців). Також, незалежно від того, чи це залежність, пристрасть або розлад, було багато досліджень, які повідомляють про негативний вплив надмірного використання Інтернету серед підлітків, включаючи погані харчові звички, відсутність фізичної активності, відсутність достатнього сну, підвищену депресію та самотність, а також соціальну тривожність [46].

Повідомляється, що особистісні риси, які відрізняють залежних геймерів від гравців із високим рівнем залученості, це негативна екстраверсія (тобто інтроверсія), емоційна стабільність, приємність, негативна валентність (вказується вимогливістю, потребою та бажанням справити враження) та привабливістю (характеризується турботою) [55].

З розвитком сучасних технологій інтернет-булінг, який також можна визначити як кібербулінг набув широкого поширення. Кіберцькування – це форма жорстокого насильства, спрямована проти жертв в Інтернет-середовищі. Ця форма залякування унікальна тим, що вона характеризується ретельним розповсюдженням будь-якої інформації, в тому числі великої кількості неперевіреної інформації, по різних джерелах Інтернету. Причинами активного розвитку кібербулінгу серед молоді: сцени насильства

(фізичного та психологічного) у фільмах, серіалах, іграх та мультфільмах негативно впливають на світогляд та розвиток особистості. У межах підліткового віку межі між моральною та девіантною поведінкою розмиті в їхній свідомості, а значення духовності плутається [14].

Наслідками подібного прояву цькування є перетворення процесу навчання на неблагополучне для створення негативного відношення групи, в до певної жертви, найчастіше це фізично слабший підліток чи який проживає у неблагополучній родині [20].

Виділяючи позитивні наслідки зміни нашого життя та початком повномасштабного вторгнення, які сказались на підлітках можна сказати, що велика кількість з них швидше свого віку подорослішали та стали більш свідомі. Вони почали створювати спілки волонтерства, допогати військовим коштами та користуватися групами психологічної підтримки, що значно підвищило тенденція до психологічного розвитку суспільства.

Значний вплив на психіку сучасних підлітків має реклама. Прикладом може бути, використання соціальної реклами, спрямованої на досягнення важливих соціальних цілей: боротьба зі шкідливими звичками, популяризація здорового способу життя серед населення та теми, що стосуються поточної ситуації в країні. тільки за умови відповідального підходу до його створення і дотримання певних правил [7].

Усвідомлення важливості власного психічного здоров'я є надійним способом побудувати здорове та щасливе майбутнє. Солідарність однолітків підкреслюється і позитивно формується юнацькою стійкістю, силою душевних якостей та самосвідомістю в умовах війни. Молодь цієї категорії за допомогою Інтернет-ресурсів дізнається про успіхи наших героїв, заслуги наших захисників, вивчає історичне минуле нашої країни. Обговорюючи історію та цікаві факти з іншими користувачами, молоді люди можуть розвивати критичне мислення, соціальні навички, емпатію та впевненість у собі.

Цифрова компетентність і цифрова грамотність є важливими складовими не лише для використання сучасних технологій, а й для спілкування в Інтернет-середовищі, доступу та аналізу цифрових даних, отримання систематичного та зберігання, професійної діяльності та постійного навчання. як формальну та неформальну онлайн-освіту [11].

Інтернет простір наповнений неекологічною інформацією для психіки особистості, що формується. Прикладом може бути, сцени насильства або порнографії, екстремістські товариства в соціальних, гемблінгові платформи та інше. Тому важливою умовою перебування в інтернеті є надання підтримки психічного розвитку дитини та підтримання певного балансу між негативним впливом навколишнього середовища на неї та власною стійкістю до негативних факторів [38].

Наразі в українському медіапросторі присутня інформаційна війна. Кожного дня користувачі інтернет простору зіштовхуються шахрайством, кібербулінгом, сексизмом та іншим. Щоб правильно аналізувати отриману в інтернет середовищі інформацію, кожна людина використовує опір отриманій інформації, який ґрунтується на самостійній критиці. Тому, використання підлітками критичного мислення в підлітковому віці вважається ключовим моментом формування ідентичності, так як підліток аналізує навколишній світ через самооцінку власних дій, самопізнання та самовдосконалення [36].

До подій 24 лютого 2022 року росія активно проводила інформаційну війну як у інтернет так і у освітньому просторі нашої країни. Через намагання країни агресора ведення пропагандистської війни у мас-медіа просторі та спроби на державному рівні переписання історичних матеріалів навчання, формування ідентичності української молоді зазнала значних проблем у формуванні ціннісно-мотиваційної сфери, розвиненої саморефлексії та здатність до творчого мислення. Наразі, сучасне українське суспільство запобігає впливу російської пропаганди та обмежує її на державному рівні [22].

На даний непростий час, підлітки намагаються сховатися від жорстокої реальності. Частина підліткової молоді стверджують, що взагалі не є залежними, а в цей час є корисними для свого народу, для захисників, тому що більшість з них допомагає та волонтерить через інтернет.

Можна сказати, що воєнний вплив інформаційних технологій на сучасну молодь спричинив певні психологічні зміни, більшість з яких негативні. Сьогодні, військовий час є важливою частиною життя кожного підлітка, тому рефлексивність стає важливою частиною спілкування, а перегляд і обговорення військових новин стає нормою для подолання стресу військового часу [4]. Дотримання медіаграмотності та застосування мір інформаційної безпеки стає надзвичайно важливим для побудови психологічно здорового суспільства.

### **1.3 Особливості проявів шкільної тривожності у підлітків під час воєнного стану**

На сьогоднішній день, сучасний світ активно вирішує питання адаптації сучасних підлітків у суспільство, розробляє новітні методи профілактики дезадаптованої та асоціальної поведінки серед учнів середніх навчальних закладів. Умови в яких зростають сучасні підлітки призводять до виникнення надзвичайного рівня тривоги та напруження, що зумовлюється зміною їх звичайного рутинного життя, зміною життєвих пріоритетів, відсутністю відчуття безпеки за себе та за свою родину.

Події останніх років демонструють необхідність комплексного аналізу впливу тривожності на підлітків з метою захисту їх психоемоційного стану в екстремальних ситуаціях. Військові дії на території України створили ще більше напруження, емоційного та психологічного стресу. Найбільш психологічно ураженою групою є підлітки. За даними ЮНІСЕФ, два мільйони людей стали біженцями, а ще три мільйони – внутрішньо переміщеними особами.

Висновки останніх досліджень показують, що молодь, внутрішньо та зовнішньо переміщена внаслідок війни, відчуває психологічне виснаження, безпорадність, безпорадність і тривогу. Водночас спостерігається тенденція до визнання необхідності самовираження через соціальні мережі при зміцненні професійно-патріотичних цілей. У контексті багаторічного досвіду, викликаного війною, підлітки мають більшу потребу в підтримці однолітків. Соціальні мережі підвищують активність молоді та ризик для психічного здоров'я та розвитку особистості [63].

Військовий час породжує низку інших соціальних проблем таких як: економічна та соціальна нестабільність, неповноцінність умов освітнього виховання, проблеми комунікації з однолітками та неконтрольований інформаційний потік в інтернет середовищі. Дані фактори зумовлюють почуття невпевненості, обмежує реалізацію, самовизначення себе у суспільстві для підлітка. Стан невдачі або тривожного очікування невдачі погіршує нервово-психічні відхилення, що призводить до порушень емоційних і особистісних стосунків. Наслідком цього стає асоціальної поведінки підлітка, яка є наслідком повноцінної соціалізації у підлітковому віці, що створює дефектну психосоціальну матрицю неефективної взаємодії з собою та суспільством [29].

Ефективна реалізація навчальної діяльності сучасних підлітків, які перебувають на території України відбувається за умови перебування в безпечних умовах. Також, серед сучасної молоді з'явилися нові навчальні мотиви, такі як: усвідомлення школярами процесу навчання як власного “освітнього фронту” та патріотичний настрій на внесок у перемогу над російськими загарбниками [30].

Результати дослідження «Війна та освіта. Два роки повномасштабного вторгнення», яке представив Міжнародний благодійний фонд savED у партнерстві з Міністерством освіти і науки України свідчить, що тривожність українських дітей втричі вища за думку батьків і вчителів – опитування. Лише 2–4% батьків, вчителів і шкільних адміністраторів вважають, що учні

відчувають легкий або важкий стан тривоги. Проте серед самих студентів ця цифра підскакує до 12%.

Коли справа доходить до школи, багато підлітків відчувають занепокоєння, і зазвичай це пов'язано з соціальними чи академічними проблемами. Деяка тривога є нормальною, оскільки підлітки очікують змін, які приносить кожен навчальний рік. Однак, коли тривога стає більш вираженою, деякі підлітки можуть почати почуватися приголомшеними або заляканими подіями, що відбуваються в школі. Це може призвести до того, що вони бояться відвідувати школу або навіть відмовляються йти взагалі.

Поширені причини шкільної тривожності підлітків:

- Мати справу з хуліганом
- Труднощі з розумінням предмета або невдача
- Відторгнення з боку однолітків
- Сімейні проблеми або конфлікти вдома
- Фізична хвороба
- Існуюча тривожність або інші психологічні розлади

Поширені симптоми шкільної тривоги у підлітків:

- Втрата інтересу до діяльності, яка їм зазвичай подобається
  - Труднощі з концентрацією
  - Відхід від соціальних взаємодій
  - Постійна втома і проблеми зі сном вночі
  - Втрата апетиту
  - Зміни настрою
  - Підвищення успішності в школі
  - Часті фізичні нездужання (наприклад, головні болі, болі в животі, нудота тощо)
  - Унікаюча поведінка
  - Вживання алкоголю або наркотиків для боротьби з почуттям тривоги
- [50].

Разом із зміною місця проживання та звичного способу життя, багато дітей та підлітків були змушені змінити як формат навчання, так і шкільні навчальні заклади, що зумовлює зміну колективу, спроби пошуку нових однодумців та викликає тривожність. Через відсутність батьківського контролю та необмежений доступ тінейджерів у онлан-середовищі, підлітки мають змогу дивитися відео матеріали, які не містять цензуру, фейки, та інше, що несе за собою величезний вплив на їхню психіку та попередження агресивної поведінки. Військовий стан, також зумовлює зміну навчальних планів, прискорення проходження навчального матеріалу та предметів, що вимагає більшої концентрації та гнучкості у організації навчального процесу [33].

Дослідження проведене британськими вченими включало 2766 підлітків, які на момент дослідження проживали в прифронтній території Донецькій області та більш мирній Кіровоградській області України. Дослідження базувалося на даних, зібраних з вересня 2016 року по січень 2017 року, тобто більше ніж через два роки після першого вторгнення Росії в Україну в 2014 році.

Це дослідження показало, що підлітки в регіоні війни пережили сильну воєнну травму та буденний стрес. З підлітків, які проживають у регіоні війни, 60% були свідками збройних нападів, 14% були жертвами насильства, а 30% були змушені покинути свої домівки [59].

Прояви тривоги можуть бути різноманітними, наприклад тривога через розлуку, соціальна фобія, генералізована тривога, паніка, obsесивно-компульсивні та специфічні фобічні розлади, що спричиняють численні проблеми в їхньому житті. Не звертання уваги на тривожні розлади можуть призвести як до короткострокових, так і довгострокових згубних наслідків для дітей і підлітків. Сучасні дослідження демонструють, що підлітки з тривожними розладами мають нижчу успішність, проблеми з однолітками та батьками, погану професійну адаптацію, негативне самосприйняття, низьку самооцінку та підвищену ймовірність психічних розладів у подальшому

житті. Тривога тісно пов'язана з генетичними факторами, показниками навколишнього середовища, статтю та моделлю батьківства [44].

Підлітки, які зростають у сім'ях військовослужбовців мають свої психологічні особливості у контексті їхнього зростання. Для підлітків, пов'язаних із військовими, участь у навчанні може бути під загрозою та мати негативний вплив через часті переїзди та постійні зміни шкільних закладів. Це, у свою чергу, може негативно вплинути на моральний стан і мотивацію до навчання [51]. Стресори пов'язані з війною, пораненнями та сім'єю, являються суттєвими показниками підвищеного ризику психічного здоров'я дитини [45].

Діти-службовців недостатньо представлені серед населення з вищою освітою. Спираючі фактори включають характерні обмеження, з якими вони стикаються, включаючи часту мобільність і розлучення з родиною, що призводить до високого ризику емоційних, поведінкових проблем і проблем з досягненням. Це може призвести до втрати особистої волі, що з часом призведе до втрати амбіцій до отримання освіти. Отже, безперервна освіта стає менш доступною або бажано [47].

У поглядах К. Хорні та С. Саллівана зародження і розвиток тривожності та занепокоєння особистості є результатом неправильних людських відносин. Підлітки, які мають тривожний розлад можуть уникати соціальних ситуацій, побоюючись осуду та збентеження. Вони також можуть відчувати себе сором'язливими та неадекватними в оточенні інших.

Пристосування до життя в умовах війни, з позиції гештальт-підходу можна назвати творчим пристосуванням, який передбачає прийняття людиною можливих полярностей, власних складних і суперечливих емоцій та почуттів, що виникають у зв'язку з війною. Тобто динаміку переживань подій війни з позицій гештальт-підходу можемо описати як шлях від поляризації до інтеграції [31].

Через відсутність батьківського контролю та необмежений доступ тінейджерів у онлан середовищі, підлітки мають змогу дивитися відео

матеріали, які не містять цензуру, фейки, та інше, що несе за собою величезний вплив на їхню психіку та зародження в них агресивної поведінки, яку вони можуть переносити на своїх однолітків у школі. Наприклад, створення нової субкультури в Україні під назвою ЧВК «Редан» – задля провокації масових зборів для подальшого фізичного протистояння та навіюванню агресивних та насильницьких культурних зразків. Тобто за рахунок військового стану фактор наслідування та навіювання посилюється, оскільки агресивні зразки поведінки можуть бути частиною життя підлітків за умов військового конфлікту [1].

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), депресія та тривога частіше спостерігалися у підлітків, які зазнали війни, ніж у тих, хто живе за межами регіону України, що постраждав від війни. Під час воєнних дій підлітки стикаються з жорстокістю, організованим насильством, втратою соціальних контактів та порушенням на вирішальних етапах їхнього фізичного, емоційного, соціального та когнітивного розвитку.

Важливо наголосити на тому, що рівень стресостійкості надзвичайно важливий у підлітковому віці, так як резильєнтність є складовою для профілактики утворення ПТСР, розвитку тривожних розладів та інших психологічних захворювань. Тому резильєнтність під час воєнного стану, коли у підлітків є відчуття небезпеки та невизначеності відіграє ключову роль, оскільки вона підтримує психічне та фізичне здоров'я та сприяє гармонійному розвитку особистості [15].

Війна - це перешкода для структурування навчального процесу. На досвіді Ізраїлю можна побачити, що воєнні дії несуть за собою зміни у освітньому процесі, і головна мета це прививання школярам відчуття відповідальності за власну безпеку. Наприклад, звичною практикою в Ізраїлі є планові навчальні дні, існує, так званий «Помаранчевий день», тобто це 4 тренування на рік, де кожен учасник освітнього процесу має виконати чіткий алгоритм безпекових заходів [9].

Глибоке емоційне почуття приналежності підлітків до суспільства та їх глибоке особисте сприйняття його цінностей і переконань є двома способами, якими виражається їхнє почуття відповідальності [54].

Психологічний вплив, який війна в Україні матиме на підлітків, неможливо недооцінити, і країни які приймають біженців, також повинні усвідомлювати необхідність надання їм своєчасних та ефективних послуг з охорони психічного здоров'я.

В результаті аналізу літератури та згідно мети дослідження нами була розроблена концептуальна модель дослідження, яка детально показує зв'язок між концептами дослідження (див. рис.1.1.1)



Рисунок 1.1.1 Концептуальна модель дослідження

Дана модель демонструє, що на прояви шкільної тривожності і на особливості побудови міжособистісних стосунків підлітками впливає те, якими є провідні для підлітка інститути і механізми соціалізації (сім'я, школа чи інтернет). Отже, тривожність та встановлення соціальних контактів

пов'язані між собою. Тому можна припустити, що підлітки, в яких основним інститутом соціалізації є Інтернет та з більшим залученням в інтернет-медіа-простір є більш тривожними і мають більші складнощі у встановленні контактів.

## **Висновки до розділу I**

Узагальнюючи аналіз наукової літератури з проблеми шкільної тривожності підлітків, можна сказати, що на сьогодні це є нагальним питанням, яке потребує детального вивчення.

Тінейджерство характеризується низкою фізіологічних і когнітивних змін та підлітковими кризами, які зумовлюють зміну поведінки підлітка та виникнення багатьох внутрішніх патернів, що зумовлюють виникнення шкільної тривожності.

В умовах зростання підлітка в модернізованому суспільстві під впливом медіа простору, несе за собою ряд психологічних трансформацій, які у своєму впливі є переважно негативними. Військова агресія росії змінила сучасне мас-медіа поле, яке сповнене фейками та не містять цензури, в якому підлітки проводять більшу частину свого життя. В них підвищується внутрішнє почуття безпеки, переживання за себе та своє життя підлітком, перегляд військових новин та їх обговорення стає рутинною практикою серед молоді як спосіб подолання стресу.

Наразі багато вітчизняних та зарубіжних досліджень демонструє, що рівень шкільної тривожності серед молоді в Україні надзвичайно високий, на це вказує неоднократні випадки булінгу, кібербулінгу та насилля, особливо у тих хто знаходиться у прифронтових зонах. Тому вивчення даної теми є дуже важливим для відновлення психологічного благополуччя серед підлітків на території нашої країни.

## РОЗДІЛ II ОРГАНІЗАЦІЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

### 2.1 Операціональна модель дослідження

Відповідно до поставленої мети та завдань дослідження було змодельовано операціональну модель дослідження (табл 2.1.1)

Таблиця 2.1.1 Операціональна модель дослідження

№	Явище, яке досліджується	Методика дослідження	Шкали методики
1	Загальні дані	Авторське анкетування	Стать, вік, використання соціальних мереж, гендерні дані
2	Шкільна тривожність	Тест шкільної тривожності Філіпса	Загальна тривожність у школі Переживання соціального стресу Фрустрація потреби в досягненні успіху Страх самовираження Страх ситуації перевірки знань Страх не відповідати очікуванням оточуючих Низький фізіологічний опір стресу Проблеми і страхи у стосунках із учителем
3	Інститути та механізми соціалізації	Методика “Інститути та механізми соціалізації” Лучинкіної	<i>Інститути:</i> Інтернет-середовище Сім’я Школа <i>Механізми:</i> Ідентифікація Копіювання Навіювання Соціальна фасилітація Конформність Інтерес Самореалізація

4	Типи перешкод у встановленні контактів	Методика визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка	Невміння керувати емоціями, дозувати їх Неадекватна вияв емоцій Негнучкість, нерозвинутість, невизначеність емоцій Домінування негативних емоцій Небажання зближуватися з людьми на емоційній основі
---	--	---	--

## 2.2 Методологія, програма емпіричного дослідження та опис вибірки

За допомогою аналізу наукової літератури було визначено, що прояви шкільної тривожності залежать від міжособистісних стосунків підлітків та їх провідних інститутів соціалізації. Для детального дослідження особливостей прояву шкільної тривожності підлітків в умовах впливу медіа простору під час війни було використано три методики дослідження та ряд математично-статистичних методів.

### **Етапи проведення емпіричного дослідження:**

*1.Формування гіпотези та двох альтернативних гіпотез стосовно теми дослідження.*

Гіпотеза: “Шкільна тривожність під час воєнного стану вища у підлітків, які більше залучені до користування інтернетом (Інтернет є домінуючим інститутом соціалізації), і такі підлітки мають більше труднощів у встановленні контактів”.

Альтернативна гіпотеза 1: шкільна тривожність під час воєнного стану нижча у підлітків, які менше залучені до користування інтернетом (домінуючими інститутами соціалізації є сім'я та школа), і такі підлітки мають менше труднощів у встановленні контактів

Альтернативна гіпотеза 2: шкільна тривожність під час воєнного стану нижча у підлітків, які менше залучені до користування інтернетом

(домінуючими інститутами соціалізації є сім'я та школа), але такі підлітки мають більше труднощів у встановленні контактів

2. *Розробка плану дослідження:* визначення методології та технічних аспектів проведення дослідження.

3. *Затвердження методик стосовно теми дослідження.*  
-Тест шкільної тривожності Філіпса.

-Методика “Інститути та механізми соціалізації” Лучинкіної.

-Методика визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка.

-Авторське анкетування.

4. *Аналіз, обробка та інтерпретація результатів дослідження.*  
Результати отриманих даних здійснювалися за допомогою програми обробки статистичних даних Jamovi. Додатково, було використано використані методи математично-статистичної обробки, такі як: описові статистики, кореляційний аналіз Спірмена та T-test незалежних вибірок Мана-Уїтні.

5. Надання рекомендацій по організації психологічної підтримки для зменшення тривожності серед підлітків.

**Емпіричною базою** дослідження виступили учні середньої загальноосвітньої школи №60 Комплексного розвитку дітей «Росток», в розмірі 28 осіб та учні ліцею “Едюкейтр” в кількості - 36 особи віком від 10 до 13 років . Загальна кількість досліджуваних становила 64 особи. Збір даних дослідження відбувався у дистанційному форматі.

### **2.3 Обґрунтування методик дослідження**

Для отримання достовірного результату та виконання цілей емпіричного дослідження було використано дані психологічні методики, які гарантують високу надійність результатів дослідження:

1. Тест шкільної тривожності Філіпса.

2. Методика «Інститути та механізми соціалізації» А.Лучинкіної.

3. Методика визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка

4. Анкета-опитувальник (для збору загальної інформації про досліджуваних)

Розглянемо кожен з них детальніше.

1. Особливу увагу заслуговує *Тест шкільної тривожності Філіпса*, який відіграє ключову роль у вимірюванні тривожності серед підлітків у шкільному середовищі. Ця методика є ефективним інструментом для діагностики різних аспектів тривожності, зокрема загальної тривожності у школі, переживання соціального стресу, фрустрації потреби в досягненні успіху, страху самовираження, страху ситуації перевірки знань, страху не відповідати очікуванням оточуючих, низького фізіологічного опору до стресу, а також проблем і страхів у стосунках з учителем. Вибір цієї методики обґрунтований її специфічністю і комплексним підходом до оцінювання шкільної тривожності, що дозволяє досліджувати вплив шкільного середовища на психоемоційний стан учнів.

Особливість Тесту шкільної тривожності Філіпса полягає в його здатності розглядати тривожність не як єдиний феномен, а як сукупність різних проявів, які можуть бути специфічними для шкільного віку і контексту [25]. Це забезпечує глибше розуміння динаміки шкільної тривожності та її взаємозв'язків з академічною успішністю і соціальними взаємодіями. Такий підхід є особливо цінним у умовах інформаційного простору та воєнного стану, оскільки дозволяє виявити, як зовнішні стресові фактори впливають на внутрішній стан школярів і як це може модифікувати їхню поведінку та емоційний стан у навчальному середовищі.

Застосування Тесту шкільної тривожності Філіпса у дослідженні дозволяє також забезпечити належну точність та об'єктивність оцінок, що є критично важливим для валідності наукових висновків. Отже, інтеграція цієї методики в структуру дослідження відіграє стратегічну роль у вивченні шкільної тривожності, зокрема у зв'язку з необхідністю адаптації освітніх процесів до складних умов сучасного інформаційного суспільства в період воєнних дій.

2. *Методика «Інститути та механізми соціалізації» А.Лучинкіної*, відіграє важливу роль у дослідженні соціальних взаємодій та адаптації підлітків у трьох ключових сферах: інтернет-середовище, сім'я та школа. Обрання цієї методики для дослідження обґрунтовано її універсальністю та спроможністю виявляти специфічні аспекти соціалізації у підлітковому віці, що є особливо актуальним у умовах сучасного інформаційного простору та соціальних змін, викликаних воєнним станом.

Дана методика дозволяє детально аналізувати, як підлітки адаптуються до змін у їхніх соціальних взаємодіях у шкільному середовищі, як вони сприймають і інтегруються в інтернет-середовищі, і яке місце в їхніх життях займає сім'я. Ця методика також надає інструменти для вимірювання ступеня впливу кожної з цих сфер на загальну соціалізацію підлітків. Використання цієї методики забезпечує можливість оцінки соціалізаційних процесів у комплексі, що є важливим для розуміння поведінкових і емоційних реакцій підлітків на виклики сучасного світу [17].

Врахування цих трьох основних сфер соціалізації дозволяє виявити потенційні ризики або проблеми, які можуть виникнути у підлітків в умовах воєнного стану, і сприяє розробці ефективних стратегій їх психологічної підтримки. Таким чином, застосування методики «Інститути та механізми соціалізації» А.Лучинкіної, є визначальним для глибокого аналізу соціалізаційних взаємодій і розробки науково обґрунтованих висновків, що відповідають викликам сучасності.

3. *Методика визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка* використовується для детального аналізу емоційних бар'єрів, які впливають на процес соціалізації та комунікації підлітків. Вибір цієї методики обґрунтований потребою виявити внутрішні та зовнішні перешкоди, які можуть перешкоджати підліткам у встановленні ефективних міжособистісних контактів, особливо у складних умовах сучасного інформаційного простору та воєнного стану.

Методика дозволяє оцінити такі аспекти, як невміння керувати емоціями, що включає як занижену, так і перебільшену емоційну реактивність. Оцінюється також неадекватна вияв емоцій, що може проявлятися у відсутності адекватної реакції на соціальні стимули або у надмірній емоційності, що не відповідає ситуації [16]. Негнучкість, нерозвиненість та невиразність емоцій також аналізуються через методику, дозволяючи виявити ступінь емоційної виразності та здатності до адаптації у змінних соціальних умовах. Крім того, домінування негативних емоцій і небажання зближуватися з людьми на емоційній основі виявляє можливі дефіцити у побудові стійких міжособистісних зв'язків.

Ця методика є важливою для дослідження, оскільки забезпечує глибоке розуміння проблем взаємодії, які можуть суттєво впливати на соціальну адаптацію та психологічний розвиток підлітків. Її використання сприяє розробці цілеспрямованих заходів для підтримки молоді у складних умовах, покращуючи їхню здатність до соціалізації та створення ефективних соціальних зв'язків.

4. *Авторська анкета-опитувальник* (для збору загальної інформації про досліджуваних). Анкета розроблена для збору загальної інформації для більш широкого розуміння даної вибірки. Завдяки анкеті можна з'ясувати: кількості часу яку підлітки проводять в інтернеті, наявність сиблінгів, розуміння усвідомлення війни, поведінка в соціальних мережах та рівень зайнятості (відвідування додаткових гуртків та позашкільних активностей).

Для обробки даних було обрано ряд математико-статистичних методів, а саме: описова статистика (медіана, середнє, стандартне відхилення, розмах), частотний аналіз (аналіз кількості та співвідношення), критерії відмінності (u-критерій Мана-Уїтні), кореляційний аналіз (критерій кореляції Спірмена).

1. *Описова статистика* була використана для отримання загального уявлення про розподіл даних. Цей метод включає обчислення медіани, яка демонструє середнє значення вибірки, середнього арифметичного, яке вказує

на центральну тенденцію даних, стандартного відхилення, що відображає розкид значень від середнього, та розмаху, який визначає різницю між максимальним і мінімальним значеннями у вибірці.

2. *Частотний аналіз* використовувався для оцінки кількості та співвідношення окремих категорій в рамках досліджуваних груп. Цей метод дозволяє виявити і порівняти частоту різних явищ або характеристик у вибірці, що є важливим для з'ясування структурних відмінностей між групами.

3. Критерії відмінності, зокрема *u-критерій Мана-Уїтні*, були застосовані для перевірки гіпотез про наявність статистично значущих відмінностей між двома незалежними групами. Цей критерій є непараметричним і тому підходить для аналізу даних, розподіл яких не обов'язково відповідає нормальному.

4. *Кореляційний аналіз* за допомогою критерію кореляції Спірмена був використаний для визначення взаємозв'язків між ранжированими змінними. Цей метод дозволяє встановити, чи існує статистично значуща залежність між змінними, та оцінити силу та напрям цієї залежності. Кореляція за Спірменом є особливо корисною при роботі з порядковими даними або коли розподіл змінних не відповідає нормальному.

## **Висновки до розділу II**

Теоретичний аналіз теми дослідження дозволив спроектувати загальний методичний план для проведення емпіричного дослідження та обрати методики та методи обробки отриманих результатів.

Було здійснено комплексний підхід щодо аналізу та етапів проведення емпіричного дослідження. Для того, щоб ретельно проаналізувати описані психологічні чинники, було використано обрали певні наукові методи та інструменти дослідження, такі як: тест шкільної тривожності Філіпса, методика «Інститути та механізми соціалізації» А.Лучинкіної, методика визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка, анкета-

опитувальник та різні математично-статистичні методи для обробки отриманих даних та виявлення закономірностей у обробці отриманих результатів.

Отже, цілісний підхід до застосування цих методів забезпечує комплексний аналіз даних, підвищує точність висновків і сприяє глибшому розумінню досліджуваних явищ.

## РОЗДІЛ III АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

### 3.1 Аналіз результатів дослідження за методиками

У рамках дослідження було вивчено рівень шкільної тривожності серед учасників за допомогою тесту Філіпса, який включав кілька різних шкал для оцінки різних аспектів тривожності. Основні результати діагностики вказують на наступні аспекти (див.табл. 3.1.1):

Таблиця 3.1.1 Результати діагностики «Тест шкільної тривожності Філіпса»

<b>Змінна</b>	<b>Медіана</b>	<b>Середнє</b>	<b>Стандартне відхилення</b>	<b>Розмах</b>
Загальна тривожність у школі	14	13,33	5,41	0-21
Переживання соціального стресу	8	7,52	2,17	2-11
Фрустрація потреби в досягненні успіху	8	8,02	1,82	3-12
Страх самовираження	3	3,30	1,72	0-6
Страх ситуації перевірки знань	3	3,42	1,76	0-6
Страх не відповідати очікуванням оточуючих	3	3,00	1,38	0-5
Низький фізіологічний опір стресу	3	3,20	1,47	0-5
Проблеми і страхи у стосунках із учителем	5	4,53	1,48	1-7

Загальна тривожність у школі мала медіану 14 балів з середнім значенням 13,33, що свідчить про досить високий рівень загальної тривожності серед учасників, зі стандартним відхиленням 5,41, що вказує на значну мінливість рівнів тривожності серед респондентів.

Переживання соціального стресу мало середнє значення 7,52, з медіаною 8 та стандартним відхиленням 2,17, що свідчить про те, що цей

аспект тривожності менш варіабельний, але все ще присутній у певній мірі серед учасників.

Фрустрація потреби в досягненні успіху мала медіану та середнє значення близько 8, з відносно низьким стандартним відхиленням 1,82, показуючи дещо однорідніші відчуття серед респондентів.

Страх самовираження, страх ситуації перевірки знань, страх не відповідати очікуванням оточуючих, і низький фізіологічний опір стресу мали досить низькі середні та медіанні значення, що коливаються від 3 до 3,42, що може вказувати на менш виражені, але все ж присутні страхи і тривоги серед дітей у цих конкретних аспектах.

Проблеми і страхи у стосунках із учителем показали дещо вищий рівень середнього значення 4,53 з медіаною 5, що може свідчити про значущість цього аспекту тривожності у шкільному середовищі серед учасників.

Ці результати вказують на наявність різних рівнів шкільної тривожності та її аспектів серед учасників дослідження, що має важливе значення для розуміння емоційного стану школярів. Варіативність даних свідчить про необхідність індивідуального підходу в роботі з тривожністю серед дітей, а також потребу в подальшому дослідженні цих аспектів для виявлення потенційних методів втручання та підтримки учнів у шкільному середовищі.

У рамках дослідження було вивчено соціалізацію учасників за трьома основними сферами: інтернет-середовище, сім'я та школа, використовуючи методику «Інститути та механізми соціалізації» А.Лучинкіної. Загальна вибірка складалася з 64 осіб, і результати діагностики виявили цікаві тенденції у розподілі балів між цими категоріями (див.табл. 3.1.2).

Таблиця 3.1.2 Методика «Інститути та механізми соціалізації» А.Лучинкіної

<b>Змінна</b>	<b>Медіана</b>	<b>Середнє</b>	<b>Стандартне відхилення</b>	<b>Розмах</b>
Інтернет-середовище	13,5	13,47	5,26	5-24

Сім'я	15	15,31	4,48	3-24
Школа	11,5	11,56	4,05	3-28

У категорії «Інтернет-середовище» медіанне значення становило 13,5 бали з середнім значенням 13,47, і стандартне відхилення 5,26. Це вказує на досить високий рівень варіабельності в тому, як учасники взаємодіють із цифровим простором, з розмахом від 5 до 24 балів, що може свідчити про значні відмінності у ступені залученості та комфорту учасників з цифровим середовищем.

У сфері «Сім'я» медіана була вищою, 15 балів, з середнім значенням 15,31 та стандартним відхиленням 4,48. Розмах значень в цій категорії становив від 3 до 24 балів. Вищі середнє та медіанне значення у порівнянні з іншими сферами свідчать про сильніші сімейні зв'язки та більш активну роль сім'ї в соціалізації учасників, що є типовим для багатьох культурних контекстів.

В категорії «Школа» медіана була 11,5 з середнім значенням 11,56 і стандартним відхиленням 4,05, розмах значень становив від 3 до 28 балів. Ці результати показують меншу активність у соціалізації в шкільному середовищі порівняно з сімейним, але все ще з достатньо великим розмахом, що може вказувати на різні рівні взаємодії серед учасників.

З цих результатів можна зробити висновок, що різні сфери життя дітей вносять різний вклад у їх соціалізацію. Сімейне середовище відіграє найважливішу роль, що відображається у вищих оцінках соціалізації в цій сфері, тоді як шкільне та інтернет-середовище мають свої особливості впливу, які також варто більше досліджувати для розуміння їхньої ролі в формуванні соціальної поведінки та емоційного благополуччя дітей.

В ході дослідження було застосовано методикку визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка для аналізу емоційних бар'єрів, які можуть впливати на міжособистісні взаємодії серед учасників. Згідно з отриманими результатами, можна виявити, як респонденти відчувають і виражають свої емоції у різних соціальних контекстах (див.табл. 3.1.3).

Згідно теми дослідження було проведено описову статистику результатів механізмів соціалізації за методикою «Інститути та механізми соціалізації» А.Лучинкіної. (табл.3.1.3)

Таблиця 3.1.3 Результати описової статистики використання механізмів соціалізації за методикою «Інститути та механізми соціалізації»

А.Лучинкіної.

Механізми	Інститути соціалізації		
	Сім'я	Інтернет	Школа
Ідентифікація	1,91	1,22	2,11
Копіювання	1,91	1,00	1,11
Навіювання	2,25	1,72	1,67
Соціальна фасилітація	2,23	<b>2,20</b>	1,91
Конформність	2,22	1,27	1,95
Інтерес	<b>2,55</b>	2,08	<b>2,64</b>
Самореалізація	2,20	2,08	2,08

Було з'ясовано, що у інституті соціалізації «сім'я» підлітки найбільше використовують такий механізм, як «інтерес», а менше всього «ідентифікація» та «копіювання». Можна сказати, що механізм «інтересу» виражається більше, тому що він допомагає підліткам у особистісному зростанні, самовираженні та формуванні соціальних зв'язків. При цьому ідентифікація та копіювання виражені найменше через прагнення до оригінальності, розвиток критичного мислення та пошуку автентичності.

Аналіз інституту соціалізації «інтернет» виявив, що тінейджери схильні проявляти у інтернет середовищі «соціальну фасилітацію» та найменше застосовують такий механізм як «копіювання». Це може свідчити про те, що «соціальну фасилітація» проявляється через їхню необхідність до приналежності до групи та вплив соціальних мереж. Як і в першому випадку, підлітки рідше використовують механізм «копіювання», оскільки вони мають

на меті зберегти свою оригінальність, розвивають критичне мислення та активно створюють власний контент.

Також, згідно аналізу інституту соціалізації «школа» підлітки найбільше задіють, механізм – «інтерес», а найслабший показник виявився копіювання. Це характеризується факторами як: природня допитливістю, самовираження і бажання вчитися.

З цих результатів можна зробити висновок, що помітна тенденція до використання підлітками конкретних механізмів у всіх інститутах соціалізації. Механізм «інтерес», виявився домінуючим, так як підлітки орієнтуються на даний момент на власні інтереси та для них не важлива думка оточуючих. Механізм впливу «копіювання» проявив нижчий показник у всіх інститутах соціалізації, які задіяні у даному дослідженні. Тобто, сучасні підлітки прагнуть до самовираження, відчуття унікальності та прагненням до автентичності.

Таблиця 3.1.4 Результати діагностики методики визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка

<b>Змінна</b>	<b>Медіана</b>	<b>Середнє</b>	<b>Стандартне відхилення</b>	<b>Розмах</b>
Невміння керувати емоціями, дозувати їх	2	2,30	1,11	0-5
Неадекватна вияв емоцій	2,5	2,52	1,08	0-5
Негнучкість, нерозвинутість, невиразність емоцій	2	1,97	1,37	0-5
Домінування негативних емоцій	2	1,95	1,36	0-5
Небажання зближуватися з людьми на емоційній основі	2	2,06	1,31	0-4

Зокрема, було встановлено, що середнє значення та медіана для невміння керувати емоціями і дозувати їх становили 2,30 та 2 відповідно, зі

стандартним відхиленням 1,11 та розмахом значень від 0 до 5. Ці дані свідчать про те, що хоча більшість учасників не відчуває значних проблем з керування своїми емоціями, певна частина з них має труднощі в цій області.

Аналіз неадекватної вияви емоцій показав подібні результати з медіаною 2,5 та середнім значенням 2,52, при стандартному відхиленні 1,08 і розмаху значень також від 0 до 5. Це вказує на те, що респонденти загалом адекватно висловлюють свої емоції, але деякі з них можуть переживати труднощі з адекватністю емоційної реакції.

Негнучкість, нерозвинутість та невиразність емоцій мали середнє значення 1,97 та медіану 2, зі стандартним відхиленням 1,37, що свідчить про певний рівень емоційної скованості серед деяких учасників. Ці характеристики можуть вказувати на недостатність емоційного виразу, який може вплинути на їхню здатність до встановлення та підтримки міжособистісних відносин.

Домінування негативних емоцій та небажання зближуватися з людьми на емоційній основі також були вивчені, з середніми значеннями 1,95 та 2,06 відповідно. Обидва параметри мають схожі стандартні відхилення та розмах значень, що підкреслює наявність певних емоційних перепон у частини учасників, які можуть ускладнювати формування глибоких та стійких емоційних зв'язків.

Ці результати вказують на необхідність подальшої уваги та можливих втручань для поліпшення емоційної регуляції та виразності серед дітей та підлітків, щоб сприяти їхній кращій соціалізації та загальному психологічному благополуччю.

### **3.2 Особливості взаємозв'язків шкільної тривожності підлітків з особливостями їхньої соціалізації та побудовою міжособистісних стосунків**

Нами було виконано кореляційний аналіз для виявлення зв'язків між показниками соціалізації за методикою «Інститути та механізми соціалізації»

А.Лучинкіної, та показниками тривожності у шкільному середовищі за тестом шкільної тривожності Філіпса. Аналіз показав, що всі значущі кореляції були знайдені лише в контексті взаємодії учасників з інтернет-середовищем, тоді як стосунки в сім'ї та шкільному середовищі не продемонстрували значущих статистичних зв'язків з показниками тривожності (див.табл. 3.2.1).

Таблиця 3.2.1 Результати кореляційного аналізу показників «Інститути та механізми соціалізації» А.Лучинкіної з показниками «Тест шкільної тривожності Філіпса»

<b>Змінна</b>	<b>Сім'я</b>	<b>Школа</b>	<b>Інтернет-середовище</b>
Загальна тривожність у школі	-	-	-0,340*
Переживання соціального стресу	-	-	-0,361*
Фрустрація потреби в досягненні успіху	-	-	-0,292*
Страх самовираження	-	-	-0,297*
Страх ситуації перевірки знань	-	-	-0,296*
Страх не відповідати очікуванням оточуючих	-	-	-0,302*
Низький фізіологічний опір стресу	-	-	-0,251*
Проблеми і страхи у стосунках із учителем	-	-	-0,316*

*Примітка «\*»- статистична значущість на рівні  $p < 0,05$ , відображені лише статистично значущі відмінності*

Кореляція між активністю учасників у інтернет-середовищі та їхньою тривожністю у шкільному середовищі виявилася зворотною і статистично значущою. Зокрема, найбільш виражена кореляція була зазначена для переживання соціального стресу з коефіцієнтом -0,361, що свідчить про те, що більша активність у інтернет-середовищі пов'язана з нижчими показниками соціального стресу. Аналогічні зворотні зв'язки були знайдені і для інших аспектів тривожності, включно з загальною тривожністю у школі (-0,340), фрустрацією потреби в досягненні успіху (-0,292), страхом

самовираження (-0,297), страхом ситуації перевірки знань (-0,296), страхом не відповідати очікуванням оточуючих (-0,302), низьким фізіологічним опором до стресу (-0,251), а також проблемами і страхами у стосунках із учителем (-0,316).

Ці результати можуть свідчити про те, що інтернет як середовище може виконувати роль засобу для зниження рівня шкільної тривожності, надаючи учням додатковий ресурс для соціалізації та вираження себе в умовах, що мінімізують безпосередній соціальний стрес. З іншого боку, відсутність значущих кореляцій з показниками соціалізації у сім'ї та школі може вказувати на те, що ці аспекти соціального життя мають інші, не менш важливі, але менш прямі механізми впливу на емоційний стан учнів.

В рамках дослідження було проведено кореляційний аналіз між показниками соціалізації за методикою «Інститути та механізми соціалізації» А.Лучинкіної та показниками емоційних бар'єрів за методикою визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка, що стосуються перепон у встановленні контактів. Аналіз виявив статистично значущі зв'язки між деякими аспектами емоційної взаємодії учасників у інтернет-середовищі та окремими емоційними бар'єрами (див.табл.3.2.2).

Таблиця 3.2.2. Результати кореляційного аналізу показників методики «Інститути та механізми соціалізації» А.Лучинкіної з показниками методики визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка.

<b>Змінна</b>	<b>Сім'я</b>	<b>Школа</b>	<b>Інтернет-середовище</b>
Невміння керувати емоціями, дозувати їх	-	-	0,303*
Неадекватна вияв емоцій	-	-	-
Негнучкість, нерозвинутість, невиразність емоцій	-	-	-
Домінування негативних емоцій	-	-	-
Небажання зближуватися з людьми на емоційній основі	-	-	0,303*

*Примітка «\*»- статистична значущість на рівні  $p < 0,05$ , відображені лише статистично значущі відмінності*

Конкретно, було виявлено, що невміння керувати емоціями і дозувати їх корелює з рівнем соціалізації в інтернет-середовищі з коефіцієнтом 0,303. Цей зв'язок може вказувати на те, що особи, які активно соціалізуються онлайн, можуть мати труднощі з ефективним управлінням своїми емоціями, можливо через збільшену анонімність та відсутність безпосереднього соціального зворотного зв'язку в цифровому просторі.

Також кореляція між небажанням зближуватися з людьми на емоційній основі і активністю в інтернет-середовищі з коефіцієнтом 0,303 підкреслює можливу взаємодію між інтернет-соціалізацією та емоційною відчуженістю. Це може вказувати на те, що особи, які вважають за краще взаємодіяти в онлайн середовищі, можуть відчувати меншу потребу в глибоких та тривалих емоційних стосунках у реальному житті.

Важливо відзначити, що не було виявлено статистично значущих кореляцій між соціалізацією в сім'ї чи школі та емоційними бар'єрами, згаданими у дослідженні. Це може свідчити про більш стабільний емоційний фон або меншу емоційну волатильність у більш традиційних і структурованих соціальних середовищах, на відміну від віртуального простору.

Загалом, отримані результати вказують на тісний зв'язок між способами соціалізації в інтернет-середовищі та певними аспектами емоційного сприйняття і взаємодії, що може мати важливі практичні наслідки для розуміння поведінки молоді в сучасному цифровому суспільстві.

У ході дослідження було проведено кореляційний аналіз між показниками шкільної тривожності за тестом шкільної тривожності Філіпса та методики визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка. З результатів випливає, що існують статистично значущі зв'язки між більшістю емоційних бар'єрів та різними аспектами шкільної тривожності, що вказує на

тісні взаємозв'язки між емоційними складнощами та тривожністю в шкільному середовищі (див.табл. 3.2.3).

Таблиця 3.2.3 Результати кореляційного аналізу показників методики визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка з показниками «Тест шкільної тривожності Філіпса»

<b>Змінна</b>	Невмінн я керувати емоціям и, дозувати їх	Неадекватн а вияв емоцій	Негнучкість, нерозвинутіст ь, невиразність емоцій	Домінуванн я негативних емоцій	Небажання зближуватис я з людьми на емоційній основі
Загальна тривожність у школі	-0,257*	-	-0,316*	-0,487*	-0,357*
Переживання соціального стресу	-0,316*	-	-	-0,320*	-0,420*
Фрустрація потреби в досягненні успіху	-0,254*	-	-0,350*	-0,358*	-0,274*
Страх самовираженн я	-0,263*	-	-	-0,332*	-0,325*
Страх ситуації перевірки знань	-	-	-	-0,369*	-0,287*
Страх не відповідати очікуванням оточуючих	-0,322*	-	-	-0,515*	-0,449*
Низький фізіологічний опір стресу	-	-	-0,438*	-0,407*	-0,312*
Проблеми і страхи у стосунках із учителем	-0,330*	-	-0,376*	-0,452*	-0,321*

*Примітка «\*»- статистична значущість на рівні  $p < 0,05$ , відображені лише статично значущі відмінності*

Було встановлено, що домінування негативних емоцій показує найсильніші кореляції з більшістю показників тривожності, включаючи загальну тривожність у школі (-0,487), переживання соціального стресу (-

0,320), фрустрацію потреби в досягненні успіху (-0,358), страх самовираження (-0,332), страх не відповідати очікуванням оточуючих (-0,515), та низький фізіологічний опір стресу (-0,407). Ці значення вказують на те, що учні, які схильні до домінування негативних емоцій, мають тенденцію відчувати більшу тривожність у шкільному середовищі.

Кореляції між невмінням керувати емоціями та різними аспектами тривожності також підтверджують цю тенденцію, зі зворотними значеннями, такими як з загальною тривожністю у школі (-0,257), переживанням соціального стресу (-0,316), та страхом не відповідати очікуванням оточуючих (-0,322).

Крім того, небажання зближуватися з людьми на емоційній основі також показало значущі кореляції з більшістю показників тривожності, зокрема, з переживанням соціального стресу (-0,420) та страхом не відповідати очікуванням оточуючих (-0,449), що може свідчити про те, що емоційна замкненість сприяє підвищенню рівня тривожності серед школярів.

Ці висновки вказують на важливість розуміння емоційних бар'єрів та їх впливу на шкільну тривожність, а також на необхідність розробки стратегій для кращого емоційного розвитку учнів, щоб зменшити їхню тривожність та покращити їхнє загальне благополуччя в шкільному середовищі.

### **3.3 Гендерні відмінності у проявах шкільної тривожності підлітків під час війни**

В рамках дослідження було встановлено, що статеві особливості вибірки відіграють важливу роль у формуванні зразка для аналізу. Вибірка для дослідження складалася з 64 респондентів, де частка хлопців становила 27 осіб, або 42,2%, тоді як дівчат було 37, що відповідає 57,8% від загального числа учасників. Ця диспропорція може мати значний вплив на результати дослідження, оскільки різні статі можуть відрізнятися за своїми реакціями на зовнішні подразники або внутрішні процеси, включаючи емоційні та психологічні реакції.

З огляду на такий розподіл, стає зрозуміло, що результати аналізу повинні враховувати можливі відмінності у відповідях між статями. Такі дані надають можливість глибше дослідити, як статеві особливості впливають на явища, що вивчаються, і з'ясувати, чи існують значущі відмінності у поведінці, соціалізації, емоційному сприйнятті між хлопцями та дівчатами. Важливість такого підходу посилюється тим, що він дозволяє адаптувати подальші дослідницькі стратегії та методики, спрямовані на більш точне та об'єктивне вимірювання впливу різних факторів, зокрема в умовах інформаційного навантаження та соціальних викликів. (див.табл 3.3.1)

Таблиця 3.3.1 Статеві особливості вибірки

<b>Змінна</b>	<b>Хлопці</b>	<b>Дівчата</b>
Вибірка (N=64)	27 (42,2%)	37 (57,8%)

У рамках дослідження було проаналізовано статеві відмінності в результатах тесту шкільної тривожності Філіпса, використовуючи статистичний тест Мана-Уїтні для оцінки значущості різниці між середніми показниками хлопців та дівчат. Результати показали цікаві тенденції в розподілі тривожності та емоційних станів залежно від статі учасників (див.табл.3.3.1).

Таблиця 3.3.2 Порівняння результатів за «Тестом шкільної тривожності Філіпса» в розрізі статі

<b>Змінна</b>	<b>Мана-Уїтні</b>	<b>Значущість</b>	<b>Середнє хлопців</b>	<b>Середнє дівчат</b>
Загальна тривожність у школі	364	0,065	15	12,11
Переживання соціального стресу	335	0,024*	8,18	7,03

Фрустрація потреби в досягненні успіху	398	0,161	8,41	7,73
Страх самовираження	357	0,049*	3,81	2,92
Страх ситуації перевірки знань	342	0,030*	4	3
Страх не відповідати очікуванням оточуючих	401	0,173	3,26	2,81
Низький фізіологічний опір стресу	338	0,025*	3,67	2,86
Проблеми і страхи у стосунках із учителем	233	0,001*	5,33	3,95

*Примітка «\*»- статистична значущість на рівні  $p < 0,05$*

Аналіз виявив, що хлопці в середньому мають вищі показники загальної тривожності у школі, проте ця різниця не досягла статистичної значущості ( $p=0.065$ ), з середніми значеннями 15 у хлопців проти 12.11 у дівчат. Проте, значущі різниці були виявлені у декількох інших аспектах тривожності, зокрема у переживанні соціального стресу ( $p=0.024$ ), де середнє значення у хлопців становило 8.18, у порівнянні з 7.03 у дівчат. Це може свідчити про більшу чутливість хлопців до соціального стресу в шкільному середовищі.

Страх самовираження також показав статистичну значущість ( $p=0.049$ ) з більшим середнім значенням у хлопців (3.81 проти 2.92 у дівчат), а страх ситуації перевірки знань також був вищий у хлопців (4 проти 3 у дівчат,  $p=0.030$ ), що може вказувати на те, що хлопці можуть відчувати більшу тривожність, пов'язану з вираженням своїх думок та оцінкою

Додатково, низький фізіологічний опір стресу ( $p=0.025$ ) та проблеми і страхи у стосунках із учителем ( $p=0.001$ ) також були значно вищі серед хлопців зі значеннями відповідно 3.67 проти 2.86 та 5.33 проти 3.95 у дівчат. Ці результати підкреслюють, що хлопці можуть мати більші емоційні труднощі у взаємодії з вчителями та управлінні стресом.

Загалом, ці відмінності в показниках між статтю можуть відобразити різні стратегії адаптації та емоційної реакції серед хлопців і дівчат у шкільному середовищі. Розуміння цих відмінностей може бути важливим для розробки цільових стратегій підтримки та інтервенцій, що враховують статеві особливості учнів.

У ході дослідження було проведено порівняння результатів за методикою «Інститути та механізми соціалізації» А.Лучинкіної з метою вивчення статевої відмінностей у соціалізації учасників, які взаємодіють у трьох різних середовищах: інтернет-середовище, сім'я, та школа. Результати кореляційного аналізу показали відсутність значущих статевої розходжень у більшості сфер, що вказує на подібні рівні соціалізації серед хлопців та дівчат (див.табл. 3.3.2).

Таблиця 3.3.3 Порівняння результатів за методикою «Інститути та механізми соціалізації» А.Лучинкіної в розрізі статі

<b>Змінна</b>	<b>Мана-Уїтні</b>	<b>Значущість</b>	<b>Середнє хлопців</b>	<b>Середнє дівчат</b>
Інтернет-середовище	484	0,838	13,52	13,43
Сім'я	414	0,246	16,19	14,68
Школа	481	0,806	11,78	11,41

*Примітка «\*»- статистична значущість на рівні  $p < 0,05$*

Зокрема, у категорії «Інтернет-середовище» середні показники хлопців та дівчат були дуже близькі, 13,52 та 13,43 відповідно, з показником значущості 0,838, що свідчить про відсутність статистично значущих відмінностей. Це може вказувати на однаковий рівень комфорту та адаптації обох статей у використанні інтернет-ресурсів для соціалізації.

У сфері «Сім'я» також не було виявлено значущих відмінностей, хоча середні показники вказують на дещо вищий рівень соціалізації серед хлопців (16,19 проти 14,68 у дівчат), з показником значущості 0,246. Це може свідчити про дещо активнішу роль хлопців у сімейних взаємодіях, проте різниця не є статистично значущою.

У категорії «Школа» середні показники також були дуже близькими, з 11,78 для хлопців і 11,41 для дівчат і показником значущості 0,806, що вказує на відсутність статистично значущих статевих відмінностей у соціалізації у шкільному середовищі.

Загалом, результати дослідження підкреслюють схожість у рівнях соціалізації серед хлопців та дівчат у трьох досліджуваних сферах, підтверджуючи тенденцію до стирання традиційних статевих розрізень у сучасних соціальних взаємодіях. Це вказує на однакову важливість і вплив цих середовищ на процес соціалізації обох статей, що є важливим для розуміння динаміки міжособистісних взаємодій у сучасному соціальному контексті.

У рамках дослідження було проведено аналіз гендерних відмінностей за показниками емоційних бар'єрів, визначених методикою визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка. Оцінювались такі аспекти, як невміння керувати емоціями, неадекватна вияв емоцій, негнучкість емоцій, домінування негативних емоцій, та небажання зближуватися з людьми на емоційній основі. Дослідження показало відсутність значущих статевих відмінностей у більшості з цих аспектів, що вказує на подібні емоційні виклики, які впливають на обидві статі (див.табл. 3.3.3).

Таблиця 3.3.4 Порівняння результатів за методикою визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка в розрізі статі

<b>Змінна</b>	<b>Мана-Уїтні</b>	<b>Значущість</b>	<b>Середнє хлопців</b>	<b>Середнє дівчат</b>
Невміння керувати емоціями, дозувати їх	474	0,717	2,26	2,32
Неадекватна вияв емоцій	480	0,782	2,48	2,54
Негнучкість, нерозвинутість, невиразність емоцій	444	0,439	1,81	2,08
Домінування негативних емоцій	436	0,380	1,74	2,11

Небажання зближуватися з людьми на емоційній основі	369	0,069	1,70	2,32
---	-----	-------	------	------

*Примітка «\*»- статистична значущість на рівні  $p < 0,05$*

Зокрема, за показником невміння керувати емоціями середні показники склали 2,26 для хлопців і 2,32 для дівчат з показником значущості 0,717, що свідчить про відсутність статистично значущих різниць між статями. Також не було знайдено значущих відмінностей у показниках неадекватної вияви емоцій (2,48 у хлопців проти 2,54 у дівчат,  $p=0,782$ ) та негнучкості, нерозвинутості, невиразності емоцій (1,81 проти 2,08,  $p=0,439$ ).

Водночас, хоча статистично значущі відмінності не були виявлені для домінування негативних емоцій (1,74 у хлопців проти 2,11 у дівчат,  $p=0,380$ ), можна помітити тенденцію до вищих середніх показників серед дівчат, що може свідчити про більш високу емоційну чутливість у жіночої частини учасників.

Найближчим до значущості виявився показник небажання зближуватися з людьми на емоційній основі (1,70 у хлопців проти 2,32 у дівчат,  $p=0,069$ ), що вказує на потенційну тенденцію до більшої емоційної відстані серед дівчат порівняно з хлопцями.

Ці результати можуть мати важливі наслідки для розуміння як соціальних, так і освітніх потреб студентів. Вони вказують на необхідність універсальних підходів у роботі з емоційними бар'єрами серед молоді, враховуючи їхню стать, а також потребу подальших досліджень для кращого розуміння цих аспектів їхнього розвитку та взаємодій.

### **3.4 Рекомендації з психологічної підтримки для зменшення тривожності серед підлітків**

Так як, батьки та вчителі відіграють важливу роль у підтримці підлітків у боротьбі зі стресом та можуть сприяти створенню сприятливих умов для їх розвитку та навчання можна зазначити рекомендації, які зможуть допомогти

їм у вирішенні нагального питання.

#### Рекомендації для батьків:

1. Визначення джерела походження тривожної поведінки, з яким саме аспектом навчання пов'язана тривожність (навчальний процес, стосунки з вчителями чи однолітками, тощо) та посприяти вирішенню даної ситуації.

2. Оцінити адекватність вимог до навчальної діяльності та по можливості, знижуйте планку.

3. Підтримка здорової самооцінки підлітка. Хвалити за досягнення, підкреслювати гарний вигляд підлітка по можливості кожного дня.

4. Забезпечте вдома максимальний емоційний комфорт для дитини. Виключити покарання за оцінки, глузливий, зневажливий тон щодо дитини;

5. Якщо у дитини виникли складнощі з однокласниками, з'ясуйте причину та придумайте разом із дитиною способи подолання;

6. Бути зацікавленим справами дитини. Можете поділитися з дитиною, як ви справлялися з ситуаціями, що викликають у вас тривогу;

7. Розмовляти кожного дня. Виразити свої емоції, казати, що любите дитину, забезпечте їй достатній тілесний контакт (але бути обережним з особистісними кордонами підлітка).

8. Забезпечення підлітку якісного відпочинку, стимулювання до занять спортом та повноцінно здорового сну.

9. Запропонувати підлітку відстежувати свої емоції та ведення щоденника емоцій, що дозволяє виділити свої автоматичні думки і критично їх аналізувати, замінюючи більш позитивні установки.

10. Оцініть власний емоційний стан та намагайтесь не сіяти тривогу. Підлітки тонко відчують емоційний стан мами та тата, воно передається і йому самому.

11. Підтримувати контакт із вчителями та класним керівником. Приймати участь у шкільному житті, щоб звертати увагу на аспекти поведінки підлітка, які він проявляє у школі.

12. Створити комфортний простір для почуттів дитини, у якому дитина буде мати простір, щоб «випускати пару».

13. При сильно виразних симптомах та ознаках тривожного стану, необхідно звернутися до кваліфікованого спеціаліста [28].

#### Рекомендації для вчителів:

1. Надання підлітку з боку вчителів достатнього рівня соціальної підтримки та психологічної допомоги. Наприклад, залучення у волонтерську діяльність та позашкільні заходи.

2. Проведення додаткових лекцій та занять у школі на тему: розвиток емоційного інтелекту підлітків, самооцінки, розуміння та висловлювання своїх емоцій, профілактика булінгу та дискримінації.

3. Стимулювати учнів займатися спортом чи іншими видами фізичної активності під час чи після навчальних занять. Наприклад, організація коротких фізкультхвилин протягом дня або запропонувати учням активні перерви, щоб допомогти зняти напругу та покращити концентрацію.

4. Акцентування уваги учня на його власному розвитку, русі та досягненнях. Ні в якому разі не порівнювати учнів один з одним.

5. Чітко та зрозуміло формулювати свої вимоги та послідовно, систематично добивайтеся їх виконання всіма дітьми. Пояснювати дитині, чому ви поставили їй дану оцінку.

6. На уроках вивчення нового матеріалу, освоєння умінь не поспішайти і не прискорювати тривожних дітей, тому що тимчасовий дефіцит також є одним із факторів підвищення рівня хвилювання, занепокоєння школярів.

7. Якщо у учня є передумови для високого рівня тривожності, намагатися уникати негативних висловлювань та за можливості практикування попередніх «програвань» свідомо хвилюючих ситуацій (концерту, іспиту).

8. Розробити стратегію для підвищення мотивації школярів на засвоєння нової інформації, умінь. Не застосовувати налякування, можливі

покарання, та не використовувати за покарання виконання додаткових завдань та вправ.

9. Ні в якому разі не виносити на публічне обговорення питань, що турбують дитину, її невідповідної вимогам педагога поведінки, навчальних досягнень. Учням важливо усвідомлювати, що їх поважають незалежно від їхніх успіхів.

10. Крім вербальних засобів впливу на дитину важливо, пам'ятайте і про невербальне спілкування. Слідкуйте не лише за своєю промовою, її темпом та гучністю, а й жестикуляцією, поглядом, позами.

11. Навчіть учнів нескладним дихальним вправам для розслаблення, щоб знизити напругу у стресових ситуація (вони не займуть багато часу, не завадять освітньому процесу).

12. Створення сприятливої атмосфери у колективі. Зробити з учнів команду, щоб вони відчували себе комфортно та безпечно.

13. Зробити традицію, розпочинати заняття з позитивного афірмації або провести короткий момент розслаблення для всього класу перед початком уроку, що сприяє розвитку емоційної підтримки і налаштування на успіх кожного учня.

14. Регулярна взаємодія з батьками. Щоб забезпечити підтримку учням та допомогти їм упоратися зі стресом потрібно інформувати батьків про проблеми, що виникають у дітей, та надання рекомендацій щодо того, як вони можуть допомогти своїм дітям. Наприклад: організація батьківських зборів, на яких обговорюватимуться питання стресу та благополуччя учнів, а також надання батькам матеріали та ресурси для підтримки дітям вдома.

15. Надання додаткових ресурсів, шкільним психологом або соціальним працівником, які можуть допомогти учням впоратися зі стресом і вирішити проблеми, що виникають. Наприклад: створення кімнати для відпочинку, де учні можуть відпочити та зняти стрес протягом дня або надати послуги консультації з психологом.

16. Проведення групових дискусій. Організація групові дискусії, щоб учні могли ділитися своїми досвідом, проблемами та стресом. Наприклад: проведення щотижневих сесій, де учні можуть обговорити труднощі, з якими вони зіткнулися протягом тижня, та запропонувати один одному поради та підтримку.

17. Профілактика булінгу та дискримінації. Звертати увагу та запобігати булінгу, дискримінації та іншим формам негативної взаємодії між учнями, які можуть посилювати стрес. Наприклад: проведення занять на тему толерантності та поваги до відмінностей, як протистояти булінгу, а також надати канали для повідомлення про випадки булінгу або дискримінації.

18. Розвиток у підлітків навичок саморегуляції. Важливо приділити час розвиткам даних навичок, особливо таким як: управління часом, планування та прийняття рішень.

19. Проявляти особливу увагу до емоційного стану своїх учнів та прагнути надати необхідну підтримку та ресурси для справлення зі стресом. При необхідності звернутися до кваліфікованого спеціаліста [40].

### **Висновки до розділу III**

У ході аналізу результатів емпіричного дослідження було використано центральні тенденції та більш складні математико-статистичні методи для оцінки різних аспектів тривожності та соціалізації серед школярів. Зокрема, було застосовано порівняння двох незалежних вибірок та кореляційний аналіз. Результати показали наявність значної варіативності у рівнях шкільної тривожності та соціалізації, що свідчить про різні емоційні та соціальні виклики, яким діти зустрічаються у різних середовищах.

Було вивчено рівень шкільної тривожності за допомогою тесту Філіпса, який оцінює різні шкали тривожності. Загальна тривожність у школі серед учасників була досить висока, з середнім значенням 13,33 і медіаною 14, що вказує на значний рівень занепокоєння серед дітей. Інші аспекти, такі як

переживання соціального стресу, фрустрація потреби в успіху, страхи в різних соціальних ситуаціях та у відносинах з учителями, також продемонстрували змінні рівні тривожності, з меншими медіанами і середніми, що свідчить про менш виражену, але все ще присутню тривожність.

Також, було проаналізовано соціалізацію учасників в інтернет-середовищі, сім'ї та школі за методикою «Інститути та механізми соціалізації» А.Лучинкіної. Виявлено, що сім'я має найбільший вплив на соціалізацію дітей, з найвищими середніми і медіанами. Ці результати підкреслюють важливість сімейних взаємин у розвитку соціальних навичок дітей. В той же час, інтернет-середовище і школа також грають важливу роль, але з менш вираженою активністю серед учасників, що вказує на необхідність додаткових досліджень для визначення специфіки цих взаємодій.

Кореляційний аналіз між методиками Лучинкіної та Бойка виявив статистично значущі зв'язки між емоційними бар'єрами у встановленні контактів та тривожністю у різних соціальних контекстах, особливо в інтернет-середовищі. Це підкреслює, як онлайн взаємодії можуть впливати на емоційний стан дітей, що знижує рівень соціального стресу та водночас може сприяти певним емоційним відстаням.

Одним з ключових висновків є те, що хоча статеві відмінності у тривожності та соціалізації іноді присутні, вони не завжди досягають статистичної значущості, що вказує на загальні виклики, з якими зіштовхуються обидві статі в сучасному соціальному і шкільному середовищі. З цих результатів можна зробити висновок про необхідність індивідуального підходу в освіті та розробки стратегій підтримки, що враховують ці різноманітні емоційні та соціальні потреби дітей для покращення їхнього загального благополуччя та успішної адаптації в суспільство.

## ВИСНОВКИ

1. Теоретичний аналіз наукової літератури демонструє, що особливості шкільної тривожності викликані різними факторами та має різні прояви. Підлітковий вік - це перехід від дитинства до дорослості. Саме для даного віку характерним є переживання, труднощі та кризи. Це фундаментальний період становлення особистості, під час якого встановлюються стійкі форми поведінки, риси характеру, способи емоційного реагування, отримується великий обсяг бази знань умінь та навичок, становлення «Я», становлення себе та обрання своєї ролі у соціумі, а особливо у шкільній соціальній структурі. За визначенням, шкільна тривожність - це страх і занепокоєння, пов'язані з необхідністю регулярно відвідувати школу. Розвиток шкільної може бути викликано низкою факторів, наприклад: порівняння з іншими дітьми, агресивна поведінка з боку вчителя, емоційне та фізичне насилля. Симптоми шкільної тривожності можуть проявлятися поведінковими, фізичними та емоційними проявами.

Кожного дня у медіа-просторі сучасні підлітків мають справу з величезним потоком інформації, яка може містити негатив, обмеження застосування цензури, нецензурну лексику та насилля. Враховуючи, що психіка підлітка є надзвичайно вразливою через низку серйозних когнітивних змін у зростанні внутрішньої свободи, самосвідомості та самостійної поведінки не обмежена інформація в такому обсязі негативно впливає на психіку сучасних підлітків.

Умови воєнного стану на території України значним чином посилюють прояви шкільної тривожності та змінюють її особливості. Наприклад, страх загрози життя, невизначеність майбутнього, відчуття тривоги за свою родину- найпоширеніші причини, що наразі викликають підвищену тривожність. Обставини сучасної України можуть відкласти відбиток на психічному стані підлітків, роблячи їх більш підвищено чутливими,

роздратованими, а іноді навіть ведучи до розвитку депресивних станів або тривожних розладів.

**2.** У ході розробки та планування концептуальної та операціональної моделі дослідження, було обрано методологію, програму емпіричного дослідження та обґрунтування методик дослідження.

Для глибокого аналізу зазначених психологічних факторів був застосований комплексний підхід, який розкриває різні етапи проведення емпіричного дослідження. Для цього було використано ряд наукових методик та інструментів, серед яких: тест Філіпса на шкільну тривожність, методика «Інститути та механізми соціалізації» А.Лучинкіної, методика визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка та авторська анкета-опитувальник, а також різноманітні математико-статистичні методи для обробки даних та виявлення закономірностей у отриманих результатах. Емпірична база дослідження становила 64 особи віком від 10 до 13 років, які навчаються в закладах шкільної освіти на території України.

Можна сказати, що повноцінний підхід до застосування обраних методів забезпечує комплексний аналіз даних, підвищує точність висновків і сприяє глибшому розумінню досліджуваних явищ.

**3.** У ході аналізу результатів емпіричного дослідження було використано центральні тенденції та математико-статистичні методи для оцінки різних аспектів тривожності, типи емоційних перешкод у встановленні контактів та соціалізації серед підлітків. У тому числі, емпіричне дослідження включало порівняння двох незалежних вибірок та кореляційний аналіз. Результати продемонстрували присутність чималої варіативності у рівнях шкільної тривожності та соціалізації, що свідчить про різні емоційні та соціальні виклики, з якими тінейджери мають справу у різних середовищах.

Результати тесту на визначення рівня шкільної тривожності Філіпса вказують на значний рівень неспокою серед підлітків. Найвищій показник по шкалам виявилась шкала загальної тривожності з середнім значенням 13,33 і

медіаною 14. Шкали переживання соціального стресу, фрустрація потреби в успіху, страхи в різних соціальних ситуаціях та у відносинах з учителями, також мали змінні рівні тривожності, з меншими медіанами і середніми, що свідчить про менш виражену, але все ще присутню тривожність.

Аналіз методики «Інститути та механізми соціалізації» А.Лучинкіної виявив, що основне середовище впливу на соціалізацію підлітків - це сім'я, що підкреслюють важливість сімейних взаємин у розвитку соціальних навичок дітей. Разом з цим, школа і інтернет також грають важливу роль, але з менш вираженою активністю серед учасників.

Результати кореляційного аналізу між методиками «Інститути та механізми соціалізації» А.Лучинкіної та методики визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка виявив статистично значущі зв'язки між емоційними перешкодами у встановленні контактів та тривожністю у різних соціальних контекстах, найбільше в інтернет-середовищі. Це підкреслює, як онлайн взаємодії можуть впливати на емоційний стан дітей, що знижує рівень соціального стресу та водночас може сприяти певній емоційній відстані.

**4.** Аналізуючи гендерні відмінності, виявилось, що у тривожності та соціалізації вони іноді присутні та не завжди досягають статистичної значущості, що вказує на загальні перешкоди, з якими зіштовхуються обидві статі в сучасному соціальному і шкільному світі. Це доводить необхідність індивідуального підходу в системі освіти та розробки стратегій підтримки, що враховують ці різноманітні емоційні та соціальні потреби дітей для покращення їхнього загального благополуччя та успішної адаптації в суспільство.

Тобто, згідно результатів емпіричного дослідження, можна стверджувати, що підтвердилась альтернативна гіпотеза №2, що шкільна тривожність під час воєнного стану нижча у підлітків, які менше залучені до користування інтернетом (домінуючими інститутами соціалізації є сім'я та школа), але такі підлітки мають більше труднощів у встановленні контактів.

Все вище сказане доводить важливість розуміння емоційних бар'єрів та їх впливу на шкільну тривожність, а також на необхідність розробки стратегій для кращого емоційного розвитку учнів, щоб зменшити їхню тривожність та покращити їхнє загальне благополуччя в шкільному середовищі.

5. Для роботи зі зменшенням та профілактики тривожної поведінки підлітків були розроблені рекомендації, які мають велику важливість для сьогодення, оскільки вони спрямовані на створення підтримуючого середовища для підлітків, що сприяє їхньому емоційному благополуччю та успішному навчальному процесу. Високий рівень тривожності заважає дитині спілкуватися з однолітками та заводити нові знайомства і основна задача батьків та педагогів – зробити все від себе можливе, щоб підліток не переносив у майбутнє життя свої негативні психологічні установки. Рекомендації для батьків містять: визначення джерела тривожної поведінки, оцінку адекватності вимог до навчальної діяльності, підтримку здорової самооцінки, емоційний комфорт вдома, допомогу у вирішенні конфліктів з однокласниками, зацікавленість у справах дитини, щоденні розмови, якісний відпочинок і спорт, ведення щоденника емоцій, контакт з вчителям та звернення до спеціаліста при необхідності.

Для педагогів рекомендації містять: соціальну підтримку та психологічна допомога, додаткові лекції та заняття, стимулювання фізичної активності, акцентування на індивідуальному розвитку кожного учня, чіткі вимоги та послідовність, уникання негативних висловлювань, розробку стратегій для підвищення мотивації учнів, уникання публічного обговорення особистих проблем, використання невербальних засобів спілкування, дихальні вправи, сприятлива атмосфера у колективі, позитивні афірмації, взаємодія з батьками, групові дискусії, визначення та профілактика булінгу, розвиток навичок саморегуляції та особлива увага до емоційного стану кожного учня.

Отже, ці рекомендації направлені на створення гармонійного середовища, яке сприяє психологічному благополуччю підлітків, зменшенню

стресу та тривожності і покращенню їхніх академічних і соціальних результатів.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бондзик, Д. М. (2023). Девіантна поведінка підлітків в умовах воєнного стану.
2. Бочаріна Наталія. Особливості мотивації до навчання сучасних підлітків. *Humanitarium*. 2020. Vol. 44, Iss. 1. С. 15–25.
3. Видра, О. Г. (2011). Вікова та педагогічна психологія.
4. Гаркавенко, Н. В., & Гарабажіу, М. (2022). Особливості впливу соціальних мереж на розвиток підлітків в умовах війни. Рекомендовано Вченою радою Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича Протокол № 11 від 31 жовтня 2022 року, 71.
5. Гриневич Христина Олександрівна (2023). Тривожність як властивість особистості.
6. Дембицька, Н. М. (2020). Психологія економічної соціалізації школярів.
7. Діалектова, Є. М. (2020). Популяризація здорового способу життя серед підлітків засобами соціальної реклами.
8. Думинська, К. (2023). Особливості тривожності підлітків в умовах очної та дистанційної форми навчання. Рекомендовано до друку вченою радою Житомирського державного університету ім. Івана Франка (протокол № 16 від 31.08. 2023 року), 120)
9. Дурмазоглу, О. А. (2022). Організація шкільного навчально-освітнього процесу у надзвичайній ситуації війни: досвід Ізраїлю.
10. Зубіашвілі, І. К. (2022, May). Сутність соціально-психологічних механізмів соціалізації. In *The 10 th International scientific and practical conference “Innovations and prospects of world science”*(May 25-27, 2022) Perfect Publishing, Vancouver, Canada. 2022. 907 p. (p. 600).

- 11.Карпова, О. (2022). Теоретичний аналіз проблеми розвитку цифрової грамотності в молоді в умовах безперервного навчання. Актуальні питання гуманітарних наук, 256-261.
- 12.Коломієць Р.С. (2018) “Причини проявів та психологічно-педагогічні умови подолання шкільної тривожності”.
- 13.Кононенко, А. А. (2021). Тривожність підлітка: причини та особливості її проявів. Освіта і наука.
- 14.Кононова, М. М., & Перетятко, Л. Г. (2022). Теоретичний аналіз психологічних особливостей підлітків-учасників булінгу та кібербулінгу. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія, (3), 57-61.
- 15.Лазорко, О., & Шевцова, Т. (2022). Дослідження психоемоційних станів підлітків з різним рівнем резильєнтності під час війни. Психологічні перспективи, (40).
- 16.Лемак, М. В., & Петрище, В. Ю. (2011). Психологу для роботи: діагностичні методики. Ужгород: Вид. Олександри Гаркуші.
- 17.Лучинкіна, А. (2019). Механізми та інститути соціалізації особистості. Збірник наукових праць "Проблеми сучасної психології", (11).
- 18.Мильніченко, Н. (2022). Інформаційна безпека дітей і молоді в умовах війни, 392.
- 19.Михальчук, Н. І. (2021). Теоретичний аналіз проблеми взаємозв'язку тривожності та спілкування у підлітковому віці. Освіта і наука.
- 20.Мишко, Н. М. (2021). Психотехнічні засоби у роботі з булінгом у сучасних економічних умовах. Редакційна колегія, 199.
- 21.Нагнибіда, В. О. (2021). Вплив інтернет-спілкування на процес соціалізації.
- 22.Новосельський, І. (2019). Сучасні мас-медіа в інформаційних війнах: досвід України.
- 23.Падалка, Л., & Смолянко, Ю. (2022). Актуальні проблеми шкільного булінгу у загальноосвітні школі. Collection of Scientific Papers

- «SCIENTIA», (May 27, 2022; Stockholm, Sweden), 118–119. Режим доступу:  
<https://previous.scientia.report/index.php/archive/article/view/71>
- 24.Петраківська, Т. Н. (2023). Індивідуально-особистісні характеристики переживання тривожності підлітків. Молодий вчений.
- 25.Підлісна, С. В. (2019). Аналіз впливу інтерактивних уроків на зниження рівня шкільної тривожності учнів початкової школи. Актуальні проблеми психології, 19187.
- 26.Рудакевич, Ю., & Назаревич, Л. Т. (2022). Вплив інформаційно-комунікаційних технологій на формування свідомості людини. Збірник тез III Міжнародної науково-практичної конференції молодих учених та студентів „Філософські виміри техніки“, 81-83.
- 27.Савченко, С. В., & Караман, О. Л. (2021). Кіберсоціалізація молоді в умовах інформаційної війни Росії проти України. Вісник Національної академії педагогічних наук України, 3(1), 1-5.
- 28.Скориніна-Погребна, О. В. (2016). Психологічна допомога в кризових та екстремальних ситуаціях. *Харків: НУЦЗ України.*
- 29.Станішевська, В. І. (2023) Вплив тривожності на виникнення внутрішньоособистісного конфлікту у підлітків.
- 30.Столярчук, О. А. (2022). Навчання та психоемоційний стан українських підлітків в умовах війни в Україні. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія, (1), 115-120.
- 31.ТЕЗ, З. (2023). Психологія перед лицем російсько-української війни. (Doctoral dissertation, Український католицький університет).
- 32.Терещенко, А. (2021). Емоційний розвиток та вікові кризи підліткового віку. Актуальні питання права та соціально-економічних відносин. Збірник наукових статей, 332.
- 33.Ткаченко, О. Г. (2023). Особливості емоційних станів дітей, які навчаються в умовах воєнного стану. <http://ds.forlan.org.ua:80/handle/123456789/596>

34. Тулук, Є. В. (2022). Вплив віртуальної реальності на адаптацію підлітків.
35. Тюріна, В. О., & Ільніцька, Я. О. (2024). Кібернасильство як фактор психологічної та соціальної небезпеки для особистості дітей і підлітків. Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф.(м. Вінниця, 29 берез. 2024 р.).—Вінниця: ХНУВС, 2024.—С. 259-260.
36. Чернуха, Л. В. (2023). Критичне мислення в умовах війни. Психологічні читання: зб. матеріалів ІХ наук.-практ. конф. молод. вчених (м. Харків, 1 груд. 2023 р.): у 2-х т.—Харків: ХНУВС, 2023.—Т. 1.—С. 213-215.  
<https://dspace.univd.edu.ua/handle/123456789/19726>
37. Чілікіна, М. О., & Корх, В. М. (2023). Подолання тривожності та страхів у дітей дошкільного віку засобом казкотерапії. Молодий вчений.
38. Хажайнова, В., & Олефіренко, Н. Шляхи формування умінь безпечної поведінки школярів в інтернеті. Білоусова Людмила, Пономарьова Наталія, 115.
39. Шайгородський, Ю. Шайгородський Ю. Криза підліткового віку як процес переоцінки цінностей. Соціальна психологія. 2009. № 6 (38). С. 148–153.
40. Шуришина, Л. В. (2012). Проблемне навчання та інформаційні технології як засоби підвищення мотивації студентів. *Вісник Чернівецького торговельно-економічного інституту. Економічні науки*, (2), 406-411.
41. Шутова, М. (2023). Соціально-психологічні чинники розвитку особистісної тривожності у старшому підлітковому віці.
42. Яковлева, К. М. (2020). Вплив соціальної реклами на формування цінностей підлітків.

43. Яцишин, А. В. (2023). «Українська електронна енциклопедія освіти» Як цифровий ресурс для збереження надбань національної педагогіки та психології. З 11 Звітна наукова конференція Інституту цифровізації освіти НАПН України «Цифрова трансформація освіти України в умовах, 80.
44. Bakhla, A. K., Sinha, P., Sharan, R., Binay, Y., Verma, V., & Chaudhury, S. (2013). Anxiety in school students: Role of parenting and gender. *Industrial psychiatry journal*, 22(2), 131-137
45. Bandura, A., Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Regalia, C., & Scabini, E. (2011). Impact of family efficacy beliefs on quality of family functioning and satisfaction with family life. *Applied Psychology*, 60, 421–448. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2010.00442.x>
46. Bener A, Griffiths MD, Guler Baysoy N, Catan F, Yurtseven E (2019) Internet addiction and the psychometric properties of the nine-item internet disorder scale-short form: an application of rasch analysis. *Addict Health* 11(4):234–242.
47. Cozza, C. S. J., & Lerner, R. M. (2013). Military children and families: Introducing the issue. *The Future of Children*, 3-11.
48. Fang, D., Lu, J., Che, Y., Ran, H., Peng, J., Chen, L., ... & Xiao, Y. (2022). School bullying victimization-associated anxiety in Chinese children and adolescents: the mediation of resilience. *Child and adolescent psychiatry and mental health*, 16(1), 52.
49. Grills-Taquechel, A. E., Norton, P., & Ollendick, T. H. (2010). A longitudinal examination of factors predicting anxiety during the transition to middle school. *Anxiety, Stress, & Coping*, 23(5), 493-513. <https://doi.org/10.1080/10615800903494127>
50. Heyne, D. (2022). Practitioner review: signposts for enhancing cognitive-behavioral therapy for school refusal in adolescence. *Zeitschrift für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie*. <https://doi.org/10.1024/1422-4917/a000899>

51. Hill, S., English, A., Skomorovsky, A., Albright, D. L., & Cramm, H. (2024). Education for children and youth living in Canadian military families: Lessons from the past and future considerations. *Journal of Military, Veteran and Family Health*, (aop), e20230054.
52. Ingul, J. M., & Nordahl, H. M. (2013). Anxiety as a risk factor for school absenteeism: what differentiates anxious school attenders from non-attenders. *Annals of general psychiatry*, 12, 1-9.
53. Kashefinishabouri, J., Eftekhar Saadi, Z., Pasha, R., Heidari, A., & Makvandi, B. (2021). The effect of mindfulness-based cognitive therapy and emotion-regulation training on rumination and social anxiety in teenagers prone to addiction. *Journal of Occupational Health and Epidemiology*, 10(1), 1-11.
54. Kurbaniyazov Makset, & Saparova Lisa. (2023). A sense of self-responsibility in the behavior of a teenagers. *American Journal of Philological Sciences*, 3(04), 74-77.  
<https://doi.org/10.37547/ajps/Volume03Issue04-12>
55. Kuss, D. J., Van Rooij, A. J., Shorter, G. W., Griffiths, M. D., & van de Mheen, D. (2013). Internet addiction in adolescents: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29(5), 1987-1996.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.04.002>
56. Lupu, V., & Iftene, F. (2009). The impact of rational emotive behaviour education on anxiety in teenagers. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 9(1), 95-105.
57. Lynch, H., McDonagh, C., & Hennessy, E. (2021). Social anxiety and depression stigma among adolescents. *Journal of Affective Disorders*, 281, 744-750.
58. Mulligan, E. M., Hajcak, G., Crisler, S., & Meyer, A. (2020). Increased dehydroepiandrosterone (DHEA) is associated with anxiety in adolescent girls. *Psychoneuroendocrinology*, 119, 104751.

59. Osokina, O., et al. (2022) Impact of the Russian Invasion on Mental Health of Adolescents in Ukraine. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*.
60. Ranjitha, M. (2021). Study on Effect of Internet community in Socialization among Teenagers. *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education (TURCOMAT)*, 12(11), 5928-5942.
61. Salmon, G., James, A., & Smith, D. M. (1998). Bullying in schools: self reported anxiety, depression, and self esteem in secondary school children. *BMJ*, 317(7163), 924-925.
62. Soh, P. C. H., Chew, K. W., Koay, K. Y., & Ang, P. H. (2018). Parents vs peers' influence on teenagers' Internet addiction and risky online activities. *Telematics and Informatics*, 35(1), 225-236.
63. Stoliarchuk, O., Serhieienkova, O., Khrypko, S., Prorok, N., Sychynska, M., & Lobanchuk, O. (2022). Real and virtual space of life activities of Ukrainian adolescents in war conditions. *IJCSNS International Journal of Computer Science and Network Security*, 22(22 (6)), 611-61.
64. Vovchenko, O. A. (2021). Специфіка кризи підліткового віку осіб із порушеннями інтелектуального розвитку. «Наукові записки Національного університету «Острозька академія»: серія «Психологія», (13), 30-38.

## ДОДАТКИ

### Додаток А

#### Авторська методика

1. Зазначте Вашу стать:

1. Хлопчик
2. Дівчинка

2. Скільки вам років? Один варіант відповіді

1. 10
2. 11
3. 12

3. Чи є у вас брат чи сестра?

1. Так, є старший брат / сестра
2. Так, є молодший брат / сестра
3. Ні, я єдина дитина в сім'ї

4. Які додаткові заняття / гуртки Ви відвідуєте? (вказіть які саме гуртки )

1. Вказіть які гуртки \_\_\_\_\_
2. Ні, не відвідую додаткових занять / гуртків

5. Як зазвичай Ви проводите вільний час після школи, окрім виконання домашньої роботи (того, що задали в школі)?

1. Дивлюся щось по телебаченню
2. Сиджу в Інтернеті
3. Допмагаю батькам по дому
4. Відвідую додаткові заняття/гуртки
5. Гуляю на вулиці з друзями
6. Відвідую розважальні заклади, кафе з сім'єю, друзями
7. Читаю книжки
8. Займаюсь своїм хобі (малюю, конструюю, тощо)
9. Інше (запишіть \_\_\_\_\_)

6. Як зазвичай Ви проводите вихідний день, окрім виконання домашньої роботи (того, що задали в школі)?

1. Дивлюся щось по телебаченню
2. Сиджу в Інтернеті
3. Допмагаю батькам по дому
4. Відвідую додаткові заняття/гуртки
5. Гуляю на вулиці з друзями

6. Відвідую розважальні заклади, кафе з сім'єю, друзями
7. Читаю книжки
8. Займаюсь своїм хобі (малюю, конструюю, тощо)
9. Інше (запишіть \_\_\_\_\_)

7. Скільки годин на день зазвичай Ви проводите в Інтернеті (в телефоні, на планшеті тощо)?

1. Не більше години
2. Від 1 до 3 годин
3. Від 3 до 5 годин
4. Більше 5 годин на день
5. Важко сказати

8. Для чого ви зазвичай використовуєте Інтернет?

1. Для пошуку інформації, яка необхідна для навчання
2. Спілкуюсь в соціальних мережах
3. Переглядаю розважальний контент (фільми, музика тощо)
4. Граю в ігри
5. Читаю актуальні новини про ситуацію в країні
6. Інше (запишіть \_\_\_\_\_)

9. Для чого ви зазвичай використовуєте соціальні мережі?

1. Для спілкування з друзями
2. Для перегляду відео
3. Для слухання музики
4. Для перегляду новин
5. Для ігр
6. Інше: \_\_\_\_

10. В яких соціальній мережі Ви проводите найбільше часу?

1. Інстаграм
2. Телеграм
3. Viber
4. YouTube
5. TikTok
6. Інше: (запишіть \_\_\_\_\_)

11. Чи слідкуєте ви за новинами / ситуацією в своїй країні?

1. Так, регулярно
2. Так, іноді
3. Ні, мені це не цікаво
4. Ні, спеціально уникаю таких новин
5. Важко сказати

12. Чи обговорюєте Ви ситуацію в країні / новини, пов'язані з війною в Україні?

1. Так, обговорюю вдома в колі сім'ї
2. Так, обговорюю з друзями в школі
3. Так, обговорюю з друзями за межами школи
4. Так, обговорюю з друзями в соціальних мережах
5. Ні, ні з ким не обговорюю, бо не цікавлюсь цим
6. Намагаюсь уникати обговорення таких новин, щоб зайвий раз не хвилюватися

## Додаток Б

### Аналіз авторського анкетування

#### *Вікові особливості вибірки*

<b>Змінна</b>	<b>Медіана</b>	<b>Середнє</b>	<b>Стандартне відхилення</b>	<b>Розмах</b>
Вік	11	11,28	0,723	10-12

#### *Наявність сиблінгів*

<b>Змінна</b>	<b>Є брат або сестра</b>	<b>Немає</b>
Вибірка (N=64)	39 (60,9%)	25 (39,1%)

#### *Якою соціальною мережею частіше користуються*

<b>Змінна</b>	<b>TikTok</b>	<b>Telegram</b>	<b>Instagram</b>	<b>Youtube</b>	<b>Інше</b>
Вибірка (N=64)	26 (40,6%)	14 (21,9%)	10 (15,6%)	10 (15,6%)	4 (6,3%)

#### *Чи слідкують досліджувані за новинами?*

<b>Змінна</b>	<b>Так, регулярно</b>	<b>Так, іноді</b>	<b>Ні, спеціально уникають</b>	<b>Ні, це не цікавить</b>	<b>Важко сказати</b>
---------------	-----------------------	-------------------	--------------------------------	---------------------------	----------------------

Вибірка (N=64)	21 (32,8%)	27 (42,2%)	4 (6,3%)	6 (9,4%)	6 (9,4%)
-------------------	------------	---------------	----------	----------	----------

*Чи обговорюють ситуацію в країні пов'язані з війною?*

<b>Змінна</b>	<b>Намагаються уникати</b>	<b>Ні з ким не обговорюють</b>	<b>Обговорюють в колі сім'ї</b>	<b>Обговорюють з друзями в соц.мережах</b>	<b>Обговорюють з друзями в школі</b>	<b>Обговорюють за друзями за межами школи</b>
Вибірка (N=64)	9 (14,1%)	7 (10,9%)	25 (39,1%)	3 (4,7%)	16 (25,0%)	4 (6,3%)

## Описова статистика методик

Descriptives	N	Missing	Mean	Median	SD	Minimum	Maximum	Shapiro-Wilk	
								W	p
Загальна тривожність у школі	64	0	8.67	8.00	5.41	1	22	0.959	0.032
Переживання соціального стресу	64	0	3.48	3.00	2.17	0	9	0.940	0.004
Фрустрація потреби в досягненні успіху	64	0	4.98	5.00	1.82	1	10	0.957	0.025
Страх самовираження	64	0	3.33	4.00	1.47	1	6	0.919	<.001
Страх ситуації перевірки знань	64	0	2.58	3.00	1.76	0	6	0.935	0.002
Страх не відповідати очікуванням оточуючих	64	0	2.00	2.00	1.38	0	5	0.915	<.001
Низький фізіологічний опір стресу	64	0	1.80	2.00	1.47	0	5	0.897	<.001
Проблеми і страхи у стосунках із учителями	64	0	3.47	3.00	1.48	1	7	0.938	0.003
Сім'я	64	0	15.31	15.00	4.48	5	24	0.977	0.267
Школа	64	0	11.56	11.50	4.05	3	23	0.985	0.653
Інтернет	64	0	13.47	13.50	5.26	3	28	0.987	0.736
Ідентифікація	64	0	5.23	6.00	2.50	0	10	0.952	0.014
Копіювання	64	0	4.02	4.00	2.41	0	10	0.960	0.037
Навіювання	64	0	5.69	6.00	2.23	0	10	0.975	0.224
Соціальна фасилітація	64	0	6.34	6.00	2.35	1	12	0.969	0.104
Конформність	64	0	6.66	7.00	2.06	2	11	0.960	0.036
Інтерес	64	0	6.95	7.00	1.97	3	12	0.962	0.046
Самореалізація	64	0	5.45	6.00	2.02	0	9	0.963	0.055
Невміння керувати емоціями, дозувати їх	64	0	2.30	2.00	1.11	0	5	0.923	<.001
Неадекватний вияв емоцій	64	0	2.52	2.50	1.08	0	5	0.922	<.001
Негнучкість, нерозвинутість, невиразність емоцій	64	0	1.97	2.00	1.37	0	5	0.910	<.001
Домінування негативних емоцій	64	0	1.95	2.00	1.36	0	5	0.922	<.001
Небажання зближуватися з людьми на емоційній основі	64	0	2.06	2.00	1.31	0	4	0.902	<.001
Перешкоди у встановленні контактів	64	0	10.80	10.00	3.71	3	18	0.973	0.164
Рівень "Перешкод у встановленні контактів"	64	0							
Рівень "Ідентифікація"	64	0							
Рівень "Копіювання"	64	0							
Рівень "Навіювання"	64	0							
Рівень "Соціальна фасилітація"	64	0							
Рівень "Конформність"	64	0							
Рівень "Інтерес"	64	0							
Рівень "Самореалізація"	64	0							

## Додаток Г

## Кореляційний аналіз показників методик

Correlation Matrix

		Загальна тривожність у школі	Переживання соціального стресу	Фрустрація потреби в досягненні успіху	Страх самовираження	Страх ситуації перевірки знань	Страх не відповідати очікуванням оточуючих	Низький фізіологічний опір стресу	Проблеми і страхи у стосунках із учителями	Сім'я	Школа
Загальна тривожність у школі	Spearman's rho	—									
	df	—									
	p-value	—									
Переживання соціального стресу	Spearman's rho	0.397**	—								
	df	62	—								
	p-value	0.001	—								
Фрустрація потреби в досягненні успіху	Spearman's rho	0.289*	0.359**	—							
	df	62	62	—							
	p-value	0.020	0.004	—							
Страх самовираження	Spearman's rho	0.542***	0.436***	0.383**	—						
	df	62	62	62	—						
	p-value	<.001	<.001	0.002	—						
Страх ситуації перевірки знань	Spearman's rho	0.861***	0.309*	0.214	0.425***	—					
	df	62	62	62	62	—					
	p-value	<.001	0.013	0.090	<.001	—					
Страх не відповідати очікуванням оточуючих	Spearman's rho	0.684***	0.473***	0.569***	0.501***	0.580***	—				
	df	62	62	62	62	62	—				
	p-value	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	—			
Низький фізіологічний опір стресу	Spearman's rho	0.742***	0.385**	0.508***	0.456***	0.529***	0.658***	—			
	df	62	62	62	62	62	62	—			
	p-value	<.001	0.002	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	—		
Проблеми і страхи у стосунках із учителями	Spearman's rho	0.567***	0.513***	0.599***	0.462***	0.439***	0.517***	0.565***	—		
	df	62	62	62	62	62	62	62	—		
	p-value	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	—	
Сім'я	Spearman's rho	0.052	-0.026	0.070	0.012	0.019	-0.054	0.044	0.128	—	
	df	62	62	62	62	62	62	62	62	—	
	p-value	0.681	0.836	0.581	0.922	0.881	0.670	0.729	0.313	—	
Школа	Spearman's rho	-0.097	0.151	0.025	-0.177	-0.152	-0.186	-0.061	-0.025	0.176	—
	df	62	62	62	62	62	62	62	62	62	—
	p-value	0.448	0.233	0.846	0.162	0.231	0.142	0.634	0.845	0.164	—
Інтернет	Spearman's rho	0.336**	0.321**	0.268*	0.214	0.279*	0.287*	0.228	0.285*	0.075	0.342**
	df	62	62	62	62	62	62	62	62	62	62
	p-value	0.007	0.010	0.032	0.089	0.025	0.022	0.070	0.022	0.558	0.006
Ідентифікація	Spearman's rho	0.241	0.294*	0.329**	0.141	0.119	0.270*	0.265*	0.304*	0.376**	0.524***
	df	62	62	62	62	62	62	62	62	62	62
	p-value	0.055	0.018	0.008	0.265	0.350	0.031	0.034	0.015	0.002	<.001
Копіювання	Spearman's rho	0.207	0.297*	0.232	0.071	0.050	0.160	0.351**	0.266*	0.272*	0.485***
	df	62	62	62	62	62	62	62	62	62	62
	p-value	0.102	0.017	0.066	0.576	0.693	0.206	0.004	0.034	0.030	<.001
Навіювання	Spearman's rho	0.238	0.238	0.090	0.038	0.166	0.072	0.294*	0.125	0.334**	0.281*
	df	62	62	62	62	62	62	62	62	62	62
	p-value	0.058	0.058	0.480	0.767	0.191	0.571	0.018	0.324	0.007	0.025
Соціальна фасилітація	Spearman's rho	0.212	0.133	0.201	0.170	0.149	0.093	0.126	0.228	0.357**	0.444***
	df	62	62	62	62	62	62	62	62	62	62
	p-value	0.092	0.296	0.110	0.178	0.240	0.466	0.320	0.070	0.004	<.001
Конформність	Spearman's rho	-0.118	0.022	-0.128	-0.075	-0.169	-0.219	-0.226	-0.052	0.382**	0.465***
	df	62	62	62	62	62	62	62	62	62	62
	p-value	0.354	0.860	0.312	0.553	0.183	0.083	0.073	0.684	0.002	<.001
Інтерес	Spearman's rho	-0.181	-0.008	-0.245	-0.215	-0.044	-0.261*	-0.326**	-0.067	0.382**	0.429***
	df	62	62	62	62	62	62	62	62	62	62
	p-value	0.153	0.948	0.051	0.087	0.727	0.037	0.009	0.597	0.002	<.001
Самореалізація	Spearman's rho	-0.116	-0.023	0.026	-0.044	0.049	-0.156	-0.192	-0.107	0.420***	0.273*
	df	62	62	62	62	62	62	62	62	62	62
	p-value	0.153	0.948	0.051	0.087	0.727	0.037	0.009	0.597	0.002	<.001

Note \*  $p < .05$  \*\*  $p < .01$  \*\*\*  $p < .001$

Correlation Matrix

		Загальна тривожність у школі	Переживання соціального стресу	Фрустрація потреби в досягненні успіху	Страх самовираження	Страх ситуації перевірки знань	Страх не відповідати очікуванням оточуючих	Низький фізіологічний опір стресу	Проблеми і страхи у стосунках із учителями	Сім'я	Школа
	df	62	62	62	62	62	62	62	62	62	62
	p-value	0.363	0.856	0.837	0.731	0.700	0.219	0.128	0.402	<.001	0.029
Невміння керувати емоціями, дозувати їх	Spearman's rho	0.296 *	0.343 **	0.252 *	0.251 *	0.276 *	0.343 **	0.229	0.290 *	-0.047	0.134
	df	62	62	62	62	62	62	62	62	62	62
	p-value	0.017	0.005	0.045	0.046	0.027	0.006	0.068	0.020	0.710	0.290
Неадекватний вияв емоцій	Spearman's rho	0.070	0.068	0.016	0.050	0.049	0.184	0.071	0.070	-0.082	0.082
	df	62	62	62	62	62	62	62	62	62	62
	p-value	0.581	0.595	0.901	0.695	0.701	0.145	0.579	0.580	0.519	0.520
Негнучкість, нерозвинутість, невизначеність емоцій	Spearman's rho	0.285 *	0.134	0.385 **	0.083	0.177	0.233	0.424 ***	0.381 **	0.226	0.047
	df	62	62	62	62	62	62	62	62	62	62
	p-value	0.022	0.290	0.002	0.513	0.161	0.064	<.001	0.002	0.073	0.713
Домінування негативних емоцій	Spearman's rho	0.424 ***	0.323 **	0.362 **	0.267 *	0.345 **	0.508 ***	0.364 **	0.430 ***	0.267 *	0.006
	df	62	62	62	62	62	62	62	62	62	62
	p-value	<.001	0.009	0.003	0.033	0.005	<.001	0.003	<.001	0.033	0.960
Небажання зближуватися з людьми на емоційній основі	Spearman's rho	0.357 **	0.424 ***	0.314 *	0.242	0.278 *	0.442 ***	0.325 **	0.328 **	0.015	0.163
	df	62	62	62	62	62	62	62	62	62	62
	p-value	0.004	<.001	0.011	0.054	0.026	<.001	0.009	0.008	0.906	0.198
Перешкоди у встановленні контактів	Spearman's rho	0.503 ***	0.392 **	0.467 ***	0.309 *	0.401 **	0.595 ***	0.487 ***	0.496 ***	0.121	0.103
	df	62	62	62	62	62	62	62	62	62	62
	p-value	<.001	0.001	<.001	0.013	0.001	<.001	<.001	<.001	0.340	0.418

Note. \* p < .05, \*\* p < .01, \*\*\* p < .001

## Додаток Г

### Порівняння показників методик за статтю

## Group Descriptives

	Group	N	Mean	Median	SD	SE
Загальна тривожність у школі	Дівчинка	37	9.89	9.00	5.666	0.931
	Хлопчик	27	7.00	7.00	4.64	0.893
Переживання соціального стресу	Дівчинка	37	3.97	4.00	2.088	0.343
	Хлопчик	27	2.81	2.00	2.13	0.410
Фрустрація потреби в досягненні успіху	Дівчинка	37	5.27	5.00	2.009	0.330
	Хлопчик	27	4.59	4.00	1.47	0.284
Страх самовираження	Дівчинка	37	3.65	4.00	1.399	0.230
	Хлопчик	27	2.89	3.00	1.48	0.284
Страх ситуації перевірки знань	Дівчинка	37	3.00	3.00	1.764	0.290
	Хлопчик	27	2.00	2.00	1.62	0.311
Страх не відповідати очікуванням оточуючих	Дівчинка	37	2.19	2.00	1.288	0.212
	Хлопчик	27	1.74	2.00	1.48	0.285
Низький фізіологічний опір стресу	Дівчинка	37	2.14	2.00	1.456	0.239
	Хлопчик	27	1.33	1.00	1.39	0.267
Проблеми і страхи у стосунках із учителями	Дівчинка	37	4.05	4.00	1.452	0.239
	Хлопчик	27	2.67	3.00	1.11	0.214
Сім'я	Дівчинка	37	14.68	14.00	4.528	0.744
	Хлопчик	27	16.19	16.00	4.35	0.837
Школа	Дівчинка	37	11.41	12.00	3.752	0.617
	Хлопчик	27	11.78	11.00	4.49	0.865
Інтернет	Дівчинка	37	13.43	13.00	5.890	0.968
	Хлопчик	27	13.52	14.00	4.35	0.838
Ідентифікація	Дівчинка	37	5.16	6.00	2.555	0.420
	Хлопчик	27	5.33	5.00	2.47	0.474
Копіювання	Дівчинка	37	4.08	4.00	2.431	0.400
	Хлопчик	27	3.93	4.00	2.42	0.465
Навіювання	Дівчинка	37	5.51	6.00	2.231	0.367
	Хлопчик	27	5.93	6.00	2.25	0.433
Соціальна фасилітація	Дівчинка	37	6.43	6.00	2.387	0.392
	Хлопчик	27	6.22	6.00	2.34	0.451
Конформність	Дівчинка	37	6.14	6.00	2.287	0.376
	Хлопчик	27	7.37	7.00	1.47	0.283
Інтерес	Дівчинка	37	6.89	7.00	2.052	0.337
	Хлопчик	27	7.04	7.00	1.89	0.364
Самореалізація	Дівчинка	37	5.30	5.00	2.026	0.333
	Хлопчик	27	5.67	6.00	2.04	0.392
Невміння керувати емоціями, дозувати їх	Дівчинка	37	2.32	2.00	0.973	0.160
	Хлопчик	27	2.26	2.00	1.29	0.248
Неадекватний вияв емоцій	Дівчинка	37	2.54	3.00	0.960	0.158
	Хлопчик	27	2.48	2.00	1.25	0.241
Негнучкість, нерозвинутість, невиразність емоцій	Дівчинка	37	2.08	2.00	1.402	0.230
	Хлопчик	27	1.81	2.00	1.33	0.256
Домінування негативних емоцій	Дівчинка	37	2.11	2.00	1.430	0.235
	Хлопчик	27	1.74	2.00	1.26	0.242
Небажання зближуватися з людьми на емоційній основі	Дівчинка	37	2.32	2.00	1.355	0.223
	Хлопчик	27	1.70	2.00	1.17	0.225

## Independent Samples T-Test

		Statistic	p		Effect Size
Загальна тривожність у школі	Mann-Whitney U	364	0.065	Rank biserial correlation	0.2723
Переживання соціального стресу	Mann-Whitney U	335	0.024	Rank biserial correlation	0.3293
Фрустрація потреби в досягненні успіху	Mann-Whitney U	398	0.161	Rank biserial correlation	0.2032
Страх самовираження	Mann-Whitney U	351	0.039	Rank biserial correlation	0.2983
Страх ситуації перевірки знань	Mann-Whitney U	342	0.030	Rank biserial correlation	0.3163
Страх не відповідати очікуванням оточуючих	Mann-Whitney U	401	0.173	Rank biserial correlation	0.1972
Низький фізіологічний опір стресу	Mann-Whitney U	338	0.025	Rank biserial correlation	0.3243
Проблеми і страхи у стосунках із учителями	Mann-Whitney U	233	<.001	Rank biserial correlation	0.5345
Сім'я	Mann-Whitney U	414	0.246	Rank biserial correlation	0.1712
Школа	Mann-Whitney U	481	0.806	Rank biserial correlation	0.0370
Інтернет	Mann-Whitney U	484	0.838	Rank biserial correlation	0.0310
Ідентифікація	Mann-Whitney U	478	0.773	Rank biserial correlation	0.0430
Копіювання	Mann-Whitney U	483	0.821	Rank biserial correlation	0.0340
Навіювання	Mann-Whitney U	440	0.417	Rank biserial correlation	0.1191
Соціальна фасилітація	Mann-Whitney U	463	0.621	Rank biserial correlation	0.0731
Конформність	Mann-Whitney U	341	0.029	Rank biserial correlation	0.3173
Інтерес	Mann-Whitney U	485	0.847	Rank biserial correlation	0.0290
Самореалізація	Mann-Whitney U	432	0.353	Rank biserial correlation	0.1361
Невміння керувати емоціями, дозувати їх	Mann-Whitney U	474	0.717	Rank biserial correlation	0.0521
Неадекватний вияв емоцій	Mann-Whitney U	480	0.782	Rank biserial correlation	0.0400
Негнучкість, нерозвинутість, невиразність емоцій	Mann-Whitney U	444	0.439	Rank biserial correlation	0.1121
Домінування негативних емоцій	Mann-Whitney U	436	0.380	Rank biserial correlation	0.1271
Небажання зближуватися з людьми на емоційній основі	Mann-Whitney U	369	0.069	Rank biserial correlation	0.2623
Перешкоди у встановленні контактів	Mann-Whitney U	392	0.143	Rank biserial correlation	0.2152

Note.  $H_0: \mu_{\text{Дівчинка}} = \mu_{\text{Хлопчик}}$

## Group Descriptives

	Group	N	Mean	Median	SD	SE
Перешкоди у встановленні контактів	Дівчинка	37	11.38	12.00	3.707	0.609
	Хлопчик	27	10.00	10.00	3.64	0.700

## Описова статистика анкетування

Descriptives							
	N	Missing	Mean	Median	SD	Minimum	Maximum
Зазначте Вашу стать:	64	0					
Скільки вам років?	64	0	11.3	11.0	0.723	10	12
Чи є у вас брат чи сестра?	64	0					
Які додаткові заняття / гуртки Ви відвідуєте? (вказіть які саме)	64	0					
Як зазвичай Ви проводите вільний час після школи, окрім виконан	64	0					
Як зазвичай Ви проводите вихідний день, окрім виконання домашнь	64	0					
Для чого ви зазвичай використовуєте Інтернет?	64	0					
Для чого ви зазвичай використовуєте соціальні мережі?	64	0					
В яких соціальній мережі Ви проводите найбільше часу?	64	0					
Чи слідкуєте ви за новинами / ситуацією в своїй країні?	64	0					
Чи обговорюєте Ви ситуацію в країні / новини, пов'язані з війно	64	0					

## Frequencies

Frequencies of Зазначте Вашу стать:

Зазначте Вашу стать:	Counts	% of Total	Cumulative %
Дівчинка	37	57.8%	57.8%
Хлопчик	27	42.2%	100.0%

Frequencies of Чи є у вас брат чи сестра?

Чи є у вас брат чи сестра?	Counts	% of Total	Cumulative %
Ні, я єдина дитина в сім'ї	25	39.1%	39.1%
Так, є молодший брат / сестра	15	23.4%	62.5%
Так, є старший брат / сестра	21	32.8%	95.3%
Так, є старший брат / сестра, Так, є молодший брат / сестра	3	4.7%	100.0%

Frequencies of Для чого ви зазвичай використовуєте соціальні мережі?

Для чого ви зазвичай використовуєте соціальні мережі?	Counts	% of Total	Cumulative %
Для перегляду відео	4	6.3%	6.3%
Для перегляду відео, Для слухання музики	1	1.6%	7.8%
Для перегляду відео, Для слухання музики, Для ігр	1	1.6%	9.4%
Для спілкування з друзями	7	10.9%	20.3%
Для спілкування з друзями, Для перегляду відео	2	3.1%	23.4%
Для спілкування з друзями, Для перегляду відео, Для перегляду новин	4	6.3%	29.7%
Для спілкування з друзями, Для перегляду відео, Для перегляду новин, Для ігр	1	1.6%	31.3%
Для спілкування з друзями, Для перегляду відео, Для слухання музики	10	15.6%	46.9%
Для спілкування з друзями, Для перегляду відео, Для слухання музики, Для перегляду новин	2	3.1%	50.0%
Для спілкування з друзями, Для перегляду відео, Для слухання музики, Для перегляду новин, Для ігр	6	9.4%	59.4%
Для спілкування з друзями, Для перегляду відео, Для слухання музики, Для ігр	9	14.1%	73.4%
Для спілкування з друзями, Для перегляду відео, Для ігр	4	6.3%	79.7%
Для спілкування з друзями, Для слухання музики	8	12.5%	92.2%
Для спілкування з друзями, Для слухання музики, Для перегляду новин	1	1.6%	93.8%
Для спілкування з друзями, Для слухання музики, Для ігр	2	3.1%	96.9%
Для спілкування з друзями, Для ігр	2	3.1%	100.0%

Frequencies of В яких соціальній мережі Ви проводите найбільше часу?

В яких соціальній мережі Ви проводите найбільше часу?	Counts	% of Total	Cumulative %
TikTok	26	40.6%	40.6%
Viber	4	6.3%	46.9%
YouTube	10	15.6%	62.5%
Інстаграм	10	15.6%	78.1%
Телеграм	14	21.9%	100.0%

Frequencies of Чи слідкуєте ви за новинами / ситуацією в своїй країні?

Чи слідкуєте ви за новинами / ситуацією в своїй країні?	Counts	% of Total	Cumulative %
Важко сказати	6	9.4%	9.4%
Ні, мені це не цікаво	6	9.4%	18.8%
Ні, спеціально уникаю таких новин	4	6.3%	25.0%
Так, регулярно	21	32.8%	57.8%
Так, іноді	27	42.2%	100.0%

Frequencies of Чи обговорюєте Ви ситуацію в країні / новини, пов'язані з війною

Чи обговорюєте Ви ситуацію в країні / новини, пов'язані з війною	Counts	% of Total	Cumulative %
Намагаюсь уникати обговорення таких новин, щоб зайвий раз не хвилюватися	9	14.1%	14.1%
Ні, ні з ким не обговорюю, бо не цікавлюсь цим	7	10.9%	25.0%
Так, обговорюю вдома в колі сім'ї	25	39.1%	64.1%
Так, обговорюю з друзями в соціальних мережах	3	4.7%	68.8%
Так, обговорюю з друзями в школі	16	25.0%	93.8%
Так, обговорюю з друзями за межами школи	4	6.3%	100.0%