

Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Факультет психології

Кафедра загальної психології

Особливості зв'язку особистісних характеристик підлітків з активністю  
використання соціальних мереж

Кваліфікаційна робота

Студентки 4 курсу ОР Бакалавр  
(спеціальність 053 «Психологія»,  
освітня програма «Психологія»)

**Мичковська Уляна Вадимівна**

Науковий керівник:

кандидат психологічних наук  
доцент кафедри загальної психології

**Третьякова Юлія Володимирівна**

Роботу рекомендовано до захисту на ЕК №1

Протокол № від 2023 року

Завідувач кафедри загальної психології:

Юрчинська Г.К.

---

(підпис)

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	3
<b>РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕНЬ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ОСОБИСТІСНИХ ХАРАКТЕРИСТИК З АКТИВНІСТЮ ВИКОРИСТАННЯ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ</b>	
1.1. Дослідження особистісних особливостей підлітків.....	6
1.2. Характеристика активності підлітків в соціальних мережах .....	16
1.3. Взаємозв'язок активності в соцмережах з особистісними характеристиками підлітків.....	28
Висновок до першого розділу.....	38
<b>РОЗДІЛ II. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ОСОБИСТІСНИХ ХАРАКТЕРИСТИК З АКТИВНІСТЮ ВИКОРИСТАННЯ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ</b>	
2.1. Процедура дослідження та опис вибірки.....	39
2.2. Обґрунтування методик дослідження.....	42
Висновок до другого розділу.....	50
<b>РОЗДІЛ III. АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ОСОБИСТІСНИХ ХАРАКТЕРИСТИК З АКТИВНІСТЮ ВИКОРИСТАННЯ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ</b>	
3.1. Представлення особистісних характеристик підлітків .....	51
3.2. Результати кореляційного аналізу особистісних характеристик з активністю використання соціальних мереж.....	57
3.3. Встановлені фактори активності підлітків в соціальних мережах.....	61
Висновок до третього розділу.....	66
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	67
<b>Список використаних джерел</b> .....	69

## ВСТУП

**Актуальність теми:** Зростання соціальних мереж рік у рік розширює охоплення користувачів Інтернету. Соціальні мережі пропонують можливість створення особистих сторінок та спілкування з іншими користувачами. Національні опитування показують, що більшість підлітків віком 13 років і більше щодня користуються Інтернетом та мають акаунти у соціальних мережах. Серед американських підлітків 81% зареєстровано щонайменше на одному сайті соціальної мережі, а 24% кажуть, що користуються інтернетом регулярно.

Висока залученість до різних форм онлайн-діяльності пов'язана з розвитком особистості підлітків, їх соціалізацією та формуванням ідентичності. Цифрові технології, як знакові системи сучасної культури, опосередковують нові психологічні аспекти - віртуальні або онлайн-ідентичності, які не обов'язково ідентичні реальному життю - і спектр онлайн-взаємодій може змінюватись, залежно від цілей користувача та популярності конкретного облікового запису, від простого знайомства з іншими людьми до придбання друзів. Це може дуже відрізнитися від спілкування з мільйонною аудиторією. Це створює нішевий простір, який може мати як позитивний, і негативний впливом геть психічне здоров'я.

Сучасні психологічні дослідження взаємодії з інформаційними технологіями в основному спрямовані на вивчення впливу інтернет-спілкування на особистість людей різних вікових груп, роль віртуального середовища в процесі соціалізації дітей та підлітків, а також проблеми психологічної залежності від інтернет-спілкування та комп'ютерних ігор.

Важливою частиною вивчення психологічних особливостей інтернет-спілкування є аналіз особистісних характеристик користувачів, які схильні проявляти активність у соціальних мережах незалежно від реального життя. Багато дослідників виділяють такі: тривожність, егоцентризм, низька самооцінка, усвідомлення своєї соціальної неспроможності, прагнення піти в уявний світ, відсутність незалежності, навіюваність, вразливість і чутливість до критики, уникнення відповідальності, пасивна життєва позиція, страх самотності, соціальна дезада та інші. У цьому дослідженні представлені

показники, виявлені в активних інтернет-користувачів. Однак питання про взаємний вплив та взаємне загострення у відносинах між людьми та їх віртуальним оточенням до кінця не вирішено. У зв'язку з цим дуже важливо вивчити психологічні особливості підлітків, занурених в онлайн-спілкування і віддають перевагу його реальним відносинам у соціальному просторі, що є основою та принципом активної соціалізації.

**Об'єктом** є особистісні характеристики особистості

**Предметом** є зв'язок особистісних характеристик підлітків з активністю використання соціальних мереж

**Метою дослідження** є визначити особливості зв'язку особистісних характеристик підлітків з активністю використання соціальних мереж

**Завдання дослідження складається з:**

1. Теоретичний аналіз вивчення особистісних характеристик особистості підлітків та визначення сучасного стану дослідження самооцінки та взаємозв'язку з активністю у соціальних мережах

2. Визначити вираженість активності підлітків в соціальних мережах

3. Встановити кореляційний зв'язки між індивідуальними особливостями та активністю в соцмережах

4. Побудувати та проаналізувати прогностичну модель предикторів активності підлітків в соціальних мережах

**Методи дослідження:** До теоретичних методів дослідження можна віднести аналіз, систематизація й узагальнення результатів психологічних робіт з проблематики дослідження. У якості емпіричних методів було відібрано наступні психодіагностичні методики: «Велика п'ятірка» (Мак-Крае, Коста), «Дослідження самооцінки» (Дембо, Рубінштейн), «Рівень суб'єктивного

контролю» (Ротер), «Шкала стресу PSS-10» (Кохен, Вільямсон) та розроблено анкетування з метою визначення особливостей активності у соціальних мережах.

У ході обробки даних були використані методи математично-статистичної обробки даних, а саме: описова статистика, нормальність розподілу Колмогорова-Смірнова, критерій значущих відмінностей (t-критерій Стюдента, u-критерій Мана-Уїтні), кореляційний аналіз парних кореляцій Пірсона, лінійний регресійний аналіз. Перевірка та обробка відбувалась за допомогою програмного забезпечення для математично-статистичних завдань SPSS.

### **Гіпотези дослідження**

- Є взаємозв'язок між особистісними характеристиками та активністю використання соціальних мереж;
- Нижча самооцінка сприяє більшій активності в соціальних мережах;
- Негативні показники самооцінки, суб'єктивного контролю, стресу вказує на високу активність в соціальних мережах;
- Вищий стрес впливає на частіше використання соціальних мереж;
- Високий рівень інтернальності сприяє нижчому рівню активності в соцмережах.

**Вибірка** складається з підлітків, школярів старших класів, N = 45 осіб. Вибірку склали 25 чоловіків, 20 жінок. Розмах значень віку: 13-16 років.

**Обсяг роботи** складається зі змісту, вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Зміст роботи викладено на 66 сторінках друкованого тексту та включає 8 таблиць.

# РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕНЬ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ОСОБИСТІСНИХ ХАРАКТЕРИСТИК З АКТИВНІСТЮ ВИКОРИСТАННЯ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ

## 1.1. Дослідження особистісних особливостей підлітків

Підлітковий вік - це перш за все період переходу від дитинства до дорослого життя, тому цей період називають перехідним. У сучасній психології періоду та освіти нині немає єдиної думки серед дослідників про межі підліткового віку та неоднозначності використовуваної термінології. Такі поняття, як «підлітковий вік» та «пубертатний період», використовуються поряд з поняттям «статеве дозрівання», і в деяких джерелах ці поняття прирівнюються, у той час як в інших вони мають різне значення. [1]

Ототожнення "статевого дозрівання" з "пубертатом" (періодом статевого дозрівання) обумовлено тим, що статеве дозрівання - це етап онтогенезу, тобто біологічного онтогенезу, оскільки його основою та суттєвим елементом є швидке фізіологічне зростання та розвиток, завдяки яким дитячий організм трансформується у дорослий.

Проте біологічні чинники є єдиними детермінантами перехідної фази. Для того щоб визначити природу статевого дозрівання та позначити його межі, необхідно звернутися до даних досліджень історичних та культурних відмінностей щодо характеристик цього вікового етапу.

Французький етнограф та історик Ф. Алліс припустив, що статеве дозрівання з'явилося в ХІХ столітті, а батьківський контроль за розвитком дітей продовжувався до шлюбу і що філогенетично статеве дозрівання існувало не завжди, а з'явилося нещодавно. Нині цей період поступово збільшується у розвинених країнах. [2]

У сучасному світі тривалість статевого дозрівання та характер його перебігу значно варіюють залежно від соціально-психологічних характеристик культурного середовища. У цьому спостереження показують, що більш різні

вимоги, які суспільство пред'являє до дітей і дорослим, тим складнішим стає перехід від дитини до дорослого.

Р. Бенедикт, використовуючи етнографічний матеріал, узагальнила його в теорію про те, що існує два типи переходу від дитинства до дорослості: безперервний і той, за якого відбувається розрив у поведінці та переконаннях, необхідних для виконання своїх обов'язків і ролі дорослого. [2]

Перший тип переходу існує в індіанських та інших племінних умовах, де ряд важливих норм і вимог до дітей та дорослих узгоджений. Другий тип переходу відбувається, коли наявна розбіжність у необхідних нормах і вимогах до всіх. У таких ситуаціях перехід до дорослості супроводжується зовнішніми та внутрішніми конфліктами, конкретним наслідком яких є те, що дитина не готова до виконання дорослих ролей. Проте, коли вона досягає формального повноліття, визначальними чинниками є конкретні соціальні обставини життя: 1) тривалість підліткового віку; 2) наявність або відсутність криз, конфліктів та труднощів; 3) характер самого переходу від дитинства до дорослості. [3]

Крім соціально-історичних та соціокультурних відмінностей, існують значні гендерні та індивідуальні відмінності у межах, тривалості та якісних характеристиках підліткового віку. Деякі діти вступають у пубертатний період із 4-го і навіть із 3-го класу, інші - вже у 5 класі. Перехід до наступного вікового періоду відбувається вже у 7 класі, інші залишаються у пубертатному періоді до 9-11. Гендерні відмінності виявляються у цьому, що у середньому хлопчики вступають у перехідний період на два роки пізніше, ніж дівчатка. [4]

Таким чином, межі підліткового віку можуть бути визначені лише в окремих випадках, з урахуванням культурно-історичних особливостей соціального середовища, статі, біологічних та особистісних характеристик підлітка: період може мати різний зміст і різну тривалість. На даний час цей період розвитку припадає приблизно на вік від 10-11 до 14-15 років і зазвичай збігається з навчанням дитини в середній школі.

Основною характеристикою підліткового віку є перехід від дитинства до дорослості, що становить суть цієї стадії, обумовленої швидкими якісними змінами, що зачіпають усі сторони розвитку. Оскільки будь-яка якісна зміна

завжди порушує стабільність предметів і явищ, підлітковий вік відноситься до так званого критичного періоду життя людини. У той же час, підлітковий вік прийнято вважати одним з найскладніших життєвих етапів, перш за все, складним, «важким віком» для самих підлітків. [5]

Проблеми, по-перше, безпосередньо пов'язані з біологічними особливостями вікового етапу. Інтенсивне нерівномірне зростання та розвиток організму – «підлітковий стрибок» - істотно впливає на психофізіологічні характеристики підлітка: основи активності ендокринної та нервової систем, що існували в дитинстві, втрачені, а нові ще не встановилися. Це позначається на внутрішніх станах, реакціях і настроях підлітка і часто є основою його загальної неврівноваженості, дратівливості, тимчасової, байдужості, рухової активності. У той самий час психічний розвиток у підлітковому віці відбувається нерівномірно, як розвиток організму. [6]

По-друге, наслідки біологічного розвитку трансформують зовнішній вигляд підлітка і створюють основу для зміни його ставлення та ставлення інших до себе: у процесі фізичного дозрівання дитина стає дедалі більше схожою на дорослого. Вимоги до дітей і дорослих у нашому сучасному суспільстві сильно відрізняються, тому підлітки, змушені стати дорослими, змушені ініціювати складніші внутрішні зміни. В індустріальних суспільствах підлітковий вік - це період конфлікту. [7]

По-третє, підлітки, які є ні дітьми, ні дорослими, відчувають соціально-психологічні проблеми з груповою ідентифікацією. У підлітковому віці відбувається її зміна. Тобто підлітки перебувають у стані соціальної мобільності від дитячої групи до дорослої, з бажанням перейти в дорослу групу і користуватися деякими її привілеями... що в соціальній психології відомо як «маргінальна людина». Така позиція породжує бажання людини перейти з непривілейованої групи, яка ще не прийнята, до більш привілейованої групи. Положення маргінальної людини є джерелом певних моделей поведінки та емоційних станів, що характеризуються напруженістю, нестабільністю, підвищеною чутливістю, боязкістю та тривогою, контрастною поведінкою та змінами настрою, а іноді й агресією. [8]

По-четверте, одним із важливих наслідків біологічної та соціальної трансформації є емоційна нестабільність, яка ускладнює процес дорослішання: підлітковий вік характеризується вираженою емоційною нестабільністю, різкими перепадами настрою та швидким переходом від піднятого до пригніченого стану. Зокрема, сильні емоційні реакції під час того, як підлітку вказують на «недоліки» його зовнішності або утискають його «незалежність», можуть здатися дорослим неадекватними.

Піковий вік емоційної нестабільності для хлопчиків – 11-13 років, а для дівчаток – 13-15 років. Про інтенсивність емоційних переживань підлітків свідчать і результати психологічного дослідження: згідно з результатами опитування, проведеного з підлітками, половина 14-річних підлітків почуваються настільки нещасними, що плачуть і хочуть піти від усіх, а у кожного дванадцятого були думки про самогубство.

Таким чином, складна ситуація підлітків є результатом поєднання об'єктивних біологічних, соціальних та психологічних факторів. Множинність травмуючих факторів на тлі власного життєвого досвіду та безсилля підлітка часто призводить до соціальної та психологічної дезадаптації та неадекватних психологічних реакцій та навіть до патології. Підлітковий вік - це поява відхилень у розвитку особистості, які були приховані в дошкільному віці. Поведінкові відхилення характерні майже для всіх підлітків. Вони характеризуються підвищеною чутливістю, частими та раптовими змінами настрою, страхом перед глузуванням та низькою самооцінкою. [9]

Однак у більшості випадків реакцією підлітка на негативний вплив цих факторів є пошук такої форми поведінки, яка, з одного боку, прийнятна для нього, а з іншого боку відповідає характеристикам цих впливів, які є основою для розвитку особистості. Тому можна сказати, що підлітки реагують на вікові проблеми в вигляді пошуку себе.

Тому підліток змушений пробувати різні типи поведінки, зупиняючись на найбільш прийнятних, відкидаючи неприйнятні. В результаті виникає суперечність у поведінкових реакціях. Підлітковий вік характеризується різними крайнощами душевного настрою: цілеспрямованість і наполегливість разом з

імпульсивністю і нестійкістю, підвищена впевненість у собі і сміливість суджень разом з легкою вразливістю і невпевненістю в собі, потреба в спілкуванні й потреба в розсудливості, здається, співіснує з сором'язливістю, романтизмом, спогадами та емоційним піднесенням. Часто щира доброта, прихильність можуть швидко поступитися місцем черствості, холодності, ворожості і навіть жорстокості.

Формування нового рівня самосвідомості - це становлення концепції "Я", що характеризується прагненням зрозуміти себе, свої здібності та особливості, свою схожість і відмінність від інших, свою унікальність і неповторність. Підлітковий вік характеризується насамперед зростанням значення Я-концепції, формуванням системи уявлень про себе та складної системи самооцінки, що ґрунтується на перших спробах аналізу та порівняння себе з іншими. [10]

Ця точка зору, прийнята у вітчизняній психології, перегукується з точкою зору зарубіжних дослідників, які приділяють особливу увагу концепції відомого психоаналітика Е. Еріксона щодо того, що підлітковий вік є частиною п'ятої стадії психосексуального розвитку особистості, від 12 до 18 років, так званого періоду формування ідентичності. До статевого дозрівання діти усвідомлюють різні ролі, зокрема, такі, як учень, друг, брат або сестра, вихованець спортивної або музичної школи. Починаючи з пубертатного віку важливо організувати та інтегрувати ці різні ролі в єдину цілісну ідентичність. Молоді люди шукають основні цінності та установки, які охоплюють всі ці ролі. Але в випадку, коли вони не можуть інтегрувати свою основну ідентичність або вирішити серйозні конфлікти між двома ключовими ролями з суперечливими цінностями, результатом може бути те, що Еріксон називає дезінтеграцією ідентичності. [11]

Підлітковий вік як новий період пов'язаний з новими утвореннями, що виникають в результаті діяльності попереднього періоду. Навчальна діяльність призводить до «повороту» від орієнтації на світ до орієнтації на себе. У той самий час до підліткового віку діти досягають досить високого рівня розвитку своїх психічних процесів (особливо мислення) і активно розвиваються, що дозволяє їм займатися психічною діяльністю на «дорослому» рівні. Відкривається внутрішній психічний світ, і увага молодої людини вперше спрямовується на інших. З

розвитком мислення приходить інтенсивна самосвідомість, самоспостереження та знання свого досвіду. Внутрішній світ досвіду відокремлюється від об'єктивної реальності.

Фізичне зростання, розвиток та наступні зміни підлітків визначають формування «почуття дорослості», яке є смисловим центром самопізнання підлітка. Під час даного періоду вони усвідомлюють, що вони вже не діти і хочуть, щоб визнали їх дорослість і щоб вони мали рівні права з тими людьми, які їх оточують.

Необхідно відрізнити прояви глибинного «почуття дорослості» молоді від аналогічних зовнішніх проявів маленьких дітей. Дорослість молодої людини суб'єктивно пов'язана не з наслідуванням, а з освоєнням світу дорослих, з виникненням почуття соціальної відповідальності за себе і за спільну справу. Якщо дошкільник грає у дорослого, а школяр наслідує його, то підліток у системі реальних відносин ставить себе у стан дорослого. [11]

Формування «почуття дорослості» у підлітковому віці відрізняється від аналогічного формування у старшому віці тим, що "підлітки усвідомлюють, що їхня дорослість ще не «справжня», і відчувають невпевненість у своєму новому становищі. Тому вони відчайдушно потребують того, щоб їхнє становище було визнано та підтверджено дорослими та однолітками, тому форми, в яких вони демонструють свої «почуття дорослості», часто бувають «демонстративними». [12]

Тривоги підлітків з приводу їхнього нового становища стосовно "почуттів дорослості" посилюються й об'єктивними чинниками. В цілому, соціальний статус підлітків не відрізняється від статусу дітей (більшість підлітків перебувають на утриманні батьків та держави), і більшість дорослих продовжують ставитися до підлітків як до дітей. З іншого боку, ставлення оточуючих до підлітків в цей період стає дедалі важливішим. Підлітки хочуть знати, як їх оцінюють інші (як однолітки, так і дорослі). Самооцінка формується під одночасним впливом двох тенденцій: підвищення значимості оцінок інших людей і посилення орієнтації на внутрішні стандарти, тобто на самооцінку. [13]

Самооцінка в середовищі дорослих, яка важлива для формування самоповаги, по-перше, пригнічується соціальним статусом підлітка, а по-друге, підлітки орієнтуються на своїх однолітків, тому що відчують, що відрізняються як від дітей, так і від дорослих. Групи однолітків стають надзвичайно важливими у підлітковому віці. Щоб подолати фізичні, емоційні та соціальні зміни підліткового віку, підлітки шукають підтримки в інших. Звичайно, вони шукають її у тих, хто проходить через ті ж переживання, що і вони- тобто у своїх однолітків.

Тому спілкування з однолітками є ключовим видом для підлітків. В той же час для них важливо не тільки бути зі своїми однолітками, а й, найголовніше, мати задовільний статус серед них. Це бажання, яке для одних виражається у прагненні зайняти лідерську позицію в групі, для інших – у бажанні бути визнаним і стати улюбленцем, для третіх – у прагненні бути незаперечним авторитетом у якихось справах. У будь-якому випадку це є основною мотивацією поведінки дітей середньої школи. [13]

Важливість спілкування з однолітками у підлітковому віці підтверджується, зокрема, і кількісними даними. Наприклад, Csikszentmihalyi та Larson (1984) вивчили фігури, що оточують підлітків протягом дня, і виявили, що приблизно п'ята частина часу проводиться з батьками, братами та сестрами та іншими членами сім'ї; половина - з друзями, однокласниками та іншими однолітками; четверта частина - наодинці.

Це пояснюється тим, що спілкування з однолітками дуже важливе для формування ідентичності підлітків, оскільки така взаємодія дозволяє їм отримати основну інформацію про життя (наприклад, інформацію про взаємини статей), яку дорослі не можуть надати з якихось причин. Групи однолітків розвивають навички соціальної взаємодії підлітків. Тут вони вперше можуть виступати в ролі послідовника та лідера, командира та підлеглого, злочинця та судді, вчителя та учня тощо. [14]

Як правило, референтною групою для підлітків є група однолітків. Багато дослідників зазначають, що адаптація підлітків зростає залежно від їхньої групи однолітків. Яскравою ознакою груп підлітків є доволі високий прояв

згуртованості. Думки групи та її лідерів приймаються некритично. Дезорганізоване «я» вимагає сильного «ми», і інакомислення тут виключене. Таким чином, у більшості випадків молоді люди засвоюють цінності та норми групи однолітків як власні. [15]

У підлітковому віці у багатьох людей вперше виникають романтичні почуття та дружні стосунки. У той самий час підліткові дружні відносини характеризуються високої вибірковістю, стабільністю і близькістю. Яскраво виражений особистісний характер спілкування з однолітками, підкреслюваний у літературі як основна діяльність цього періоду, відбувається, як правило, у спілкуванні із якоюсь однією людиною, а не з групою однолітків.

Таким чином, підлітковий вік як період переходу від дитинства до дорослості має велике значення у розвитку особистості. На думку вітчизняних психологів, саме в цей період відбувається формування самооцінки, яка є «ядром» особистості, а також спрямованості, яка є системним елементом особистості. [15]

Важливість підліткового віку у формуванні установок обумовлена головним чином тим, що в цей період психічні процеси досягають майже дорослого рівня. Зокрема, в даному віці формуються особисті цінності. Раннє навчання - це лише одна частина зрілих людських цінностей. Для того, щоб стати зрілою людиною, особистості необхідно переоцінювати моральні принципи, аналізувати та виробляти послідовну систему цінностей. [16]

Як свідчать дослідження Піаже, у період між 12-13 роками моральний розвиток особистості набуває нового сенсу. Для підлітків стають важливими цінності та ідеали, що виходять за межі особистого життя, такі як соціальна справедливість, свобода, дружба, любов, чесність. Всі ці поняття емоційно забарвлені та особистісно значущі для людини.

Третім фактором формування спрямованості в підлітковому віці є інтенсивність мислення, що пов'язане із розвитком самосвідомості. Він ускладнюється ще й тим, що саме в цей період відбувається формування світогляду людини. У підлітковому віці питання про сенс життя та своє місце у світі людей стають особливо важливими. Інтроспекція чи самоаналіз

відбувається насамперед у пошуках сенсу власного існування і передбачає перегляд цінностей, зміну ставлення до встановлених «правил» та авторитетів, поворот до філософії та «самопізнання» почуттів та переживань. [17]

Збагачення життєвого досвіду у процесі навчання та активної соціалізації сприяє розширенню кругозору підлітків. Розширення кругозору та розвиток орієнтації створюють картину, за якої багато людей обирають професію у підлітковому віці. У дітей з'являється багато нових інтересів. З них шляхом диференціації вибирається фокус інтересів. Спочатку це відбувається із романтичних устремлінь, але врешті-решт формується стабільний реалістичний і практичний інтерес, який залежить від основного життєвого шляху, обраного підлітком.

Крім спрямованості, у підлітковому віці формується ще один структурний елемент особистості, і це характер. Підлітковий вік є основним для розвитку вольових якостей особистості. Спочатку підліток тільки захоплюється якостями інших і заздрить тим, хто добре володіє ними (10-11 років). Потім підліток бажає перейняти ці якості собі (11-12 років) і, нарешті, починає розвивати їх сам (12-13 років) Найбільш активним періодом самовиховання у підлітків вважається вік 13-14 років. [17]

Тому при роботі з підлітками педагогам-психологам необхідно враховувати, що розвиток особистості відбувається під час складної вікової кризи підліткового віку як етапу переходу від дитинства до дорослості, і підлітки в цей період особливо чутливі до зовнішніх чинників, що впливають на їх самооцінку, становище у суспільстві та орієнтацію.

Описуючи цей період розвитку людини, Ж. Піаже пов'язує її зі стадією формальних операцій, вони формуються в початковій школі у взаємодії співпраці з іншими людьми. Мова, що виникла як засіб спілкування, узагальнюється і стає інструментом формування індивідуальної свідомості.[15]

Однією з особистісних характеристик молодих людей є їх емоційність. По-перше, емоційність виявляється в тому, що сприйняття, спостереження, мрії і розумова діяльність підлітків часто є емоційно забарвленими. По-друге, для підлітків характерна крайня емоційна нестійкість, часта зміна настрою та

інтенсивне вираження радості, печалі, гніву і страху протягом коротких проміжків часу. З роками розвивається здатність регулювати свої емоції та стримувати їх небажані прояви. [18]

У процесі навчання емоційна воля підлітка розвивається далі в плані більшої усвідомленості, гальмування і стабільності. Його почуття і емоції тепер починають визначати процес і результат навчальної діяльності.

Такі емоційні риси, як почуття вини, колективізм, дружба і товариство, стають більш вираженими саме в підлітковому віці. Розвитку й усвідомленню моральних почуттів сприяють також навчальна діяльність та участь в загальних справах і заходах групи. [19]

## 1.2. Характеристика активності підлітків в соціальних мережах

Соціальні мережі - це онлайн-платформи, які використовуються для спілкування, знайомств, побудови соціальних зв'язків між людьми зі спільними інтересами та зв'язками в офлайн, а також для розваг (музика, фільми) та роботи. Соціальні мережі зараз займають майже всі сфери нашого життя і ми не можемо уявити життя без них.

Серед факторів, що сприяють негативному впливу соціальних медіа на учнів і найчастіше порушуються в міжнародних наукових колах, є булінг і переслідування з боку однолітків. Соціальні медіа як комунікаційний простір створюють певні умови, що дозволяють практично безкарно здійснювати цькування та інші акти насильства. У великому аналітичному дослідженні команда із трьох авторів - Дж. Несі, С. Чукас-Бредлі та М.Дж. Прінштейн зі США - визначила, як соціальні мережі впливають на спілкування та міжособистісні стосунки сучасних підлітків без психологічних розладів та підлітків з депресією та іншими розладами. [20] Дослідники визначили кілька унікальних особливостей, які відрізняють процес комунікації в соціальних мережах від реальної, традиційної комунікації.

Нижче наведено деякі особливості спілкування в соціальних мережах, які можуть спровокувати цькування та утиски в Інтернеті:

1. Анонімність. Можливість приховувати інформацію про себе (вибираючи вік та стать) і показувати лише позитивні сторони;
2. Постійність чи незмінність. Після надсилання текстового або відеоповідомлення через соціальну мережу його завжди можна перечитати або переглянути в початковому вигляді;
3. Відсутність невербальних сигналів, таких як тон голосу, зоровий контакт (жести та міміка) у процесі комунікації, сприяє десенсибілізації і, отже, виникненню агресії.

В іншій статті автори розглядають особливості булінгу в соціальних мережах (кібербулінг). Вони також зазначають, що кібербулінг - це популярний серед молодих людей спосіб переслідування однолітків, що піддаються

остракізму, шляхом анонімного пересилання інформації про жертву своїм друзям [21].

Інший метод булінгу полягає у зламі акаунту жертви та надсиланні з нього різних непристойних повідомлень іншим користувачам. Інша форма булінгу - коли молода людина сперечається з жертвою в соціальних мережах, і за цією суперечкою слідкують інші учасники булінгу, які поступово приймають бік агресора, внаслідок чого суперечка всього між двома людьми призводить до того, що молода людина зазнає цькування з боку більш ніж одного агресора одночасно. Така поведінка може завдати явної шкоди підліткам, соціальний статус і самооцінка яких є дуже важливими для них. З огляду на те, що в соціальних мережах існує постійний доступ до доказів булінгу, можливість нагадати жертві про акт агресії посилює ситуацію.

Інші дослідження показали, що винятком із загальних груп у соціальних мережах є подальші негативні обговорення молодих людей, створення «сторінок ненависті», окремої групи в соціальних мережах, присвяченої образам та пліткам на адресу жертви та інші види кібербулінгу. На особливу увагу заслуговує онлайн-травля за ознакою раси, релігії, соціального класу, статі та сексуальності. Через анонімність присутності в соціальних мережах агресори можуть бути досить жорсткими і часто уникати кримінального покарання. [22]

Дані автори протестували 1952 дитини початкової школи у віці від 11 до 16 років. Результати показали, що рівень агресії, особливо вербальної, був вищим серед молодих людей, які часто користувалися соціальними мережами. Виявилися також гендерні відмінності. Хлопчики частіше, ніж дівчатка, використовували всі аналізовані виміри агресії у соціальних мережах, але дівчатка показали вищі результати у реляційної агресії (агресивна поведінка, спрямована на руйнування свого місця у суспільстві) [22].

Дослідження показують, що підлітки, які часто користуються соціальними мережами, майже завжди стикаються з відкритими вербальними атаками і стають їх жертвами [22]. Саме подібні напади у соціальних мережах мають найбільш негативний вплив на школярів. Підлітки, які піддаються нападкам з боку однолітків, змушені самі проявляти агресивну поведінку, щоб не втратити

свого соціального статусу. Це створює «замкнене коло», де агресія породжує агресію, але на відміну від реального світу, де агресія обмежена фізичною присутністю та можливістю особистої відповідальності, соціальні мережі розширюють можливості для нападів, що значно посилює булінг з боку однолітків. [23] Тут важливо наголосити, що проблема кібербулінгу вже давно вивчається за кордоном, особливо у західних країнах. Тому існує багато успішного досвіду втручання та рекомендацій, спрямованих на зниження або запобігання кібербулінгу в школах. Тому Дж. Фінн, Еге. Роланд і Ф. Свартдал представляють свою модель реляційної реабілітації:

1. підвищення авторитету вчителя;
2. сприяння перерозподілу соціальної влади та створенню дружньої класної спільноти;
3. скорочення кібербулінгу у класі;
4. запобігання кібербулінгу в класі.

Багато інших досліджень пропонують такі заходи, як створення в школах анонімних онлайн-сервісів для жертв кібербулінгу, публічне інформування учнів та вчителів про правові наслідки кібербулінгу та про те, як законно з ним боротися, а також інформаційні тренінги про кібербулінг для вчителів, персоналу та батьків учнів [23]. Ще одне важливе питання, яке стало предметом численних міжнародних досліджень, - це вплив постійного використання молодими людьми соціальних мереж на виникнення та розвиток різних психологічних розладів, пов'язаних з ними. Британські автори З. Хуссейн та М.Д. Гріффітс проаналізували 100 досліджень, опублікованих з 2014 року на цю тему [23].

Було показано, що використання соціальних мереж є важливим фактором психотравмуючих ситуацій, що виникають у реальному світі, причому підлітки з симптомами депресивного розладу використовують соціальні мережі для уникнення реальності і проводять у соціальних мережах більшу частину свого дня. Одне дослідження показало, що часте використання соціальних мереж пов'язані з погіршенням симптомів синдрому дефіциту уваги з гіперактивністю [24]. Часті повідомлення та реклама в соціальних мережах змушували таких

підлітків постійно заходити на сайт, щоб перевірити та відповісти на повідомлення. Крім того, дослідження показали зв'язок між частим використанням соціальних мереж та стресом [25], а інші дослідження виявили зв'язок з обсесивно-компульсивним розладом [26].

Hussain і Griffiths стверджують, що в більшості досліджень не можна встановити пряму кореляцію між виникненням психологічних розладів та частим використанням соціальних мереж. Однак дані про те, що молоді люди з деякими психологічними проблемами проводять у соціальних мережах набагато більше часу, ніж їхні однолітки без психологічних проблем, є цілком достовірними [27]. Висновки британських авторів було підтверджено дослідженням, проведеним у Китаї [28]. У ході експерименту 5365 старшокласників у південному китайському місті Гуанчжоу були протестовані на наявність симптомів депресії, вони були опитані щодо частоти користування соціальними мережами; через дев'ять місяців автори повторили експеримент із тими самими учнями і виявили, що 48% тих, хто мав симптоми депресії, але помірковано користувався соціальними мережами початку дослідження, значно збільшили своє користування соціальними мережами через дев'ять місяців.

Цікаво, що при повторному тестуванні молоді люди, у яких симптоми депресії виявилися вперше, не повідомили про значне збільшення часу, проведеного у соціальних мережах [28]. На основі аналогічних результатів, дослідники з Китаю дійшли висновку, що депресивні розлади можуть бути каталізатором процесу збільшення активності в соціальних мережах у підлітків, що підтверджують і інші автори [24].

На думку дослідників, психологічні програми, спрямовані на профілактику підвищеної активності молодих людей у соціальних мережах, мають насамперед виявляти та коригувати їх основні психологічні порушення, у тому числі депресію [24]. Слід згадати роботу норвезьких дослідників Г.С. Брунборга та А.Я. Бурджович. Вони провели лонгітюдний експеримент із вибіркою в 769 молодих людей, який був практично ідентичним із їх китайськими колегами. Автори виявили схожі результати, проте дослідники підкреслили реальні соціальні проблеми, які молоді люди намагаються приховати в мережі як

основну причину, через яку вони проводять більше часу в соціальних мережах з депресивними симптомами [29]. Ще одне питання, яке привернуло увагу зарубіжної наукової спільноти, - це роль соціальних мереж у процесі поширення різних психоактивних речовин (ПАР). Група італійських дослідників, К. Міліано, Дж. Марджані та інші, вивчала діяльність анонімних груп у соціальних мережах, які беруть участь у поширенні заборонених речовин [30].

Багато досліджень показали наявність груп та додатків, що рекламують наркотики, пахощі, солі для ванн, харчові добавки і т.д. у найбільших соціальних мережах, таких як Facebook та Twitter. При більш ретельному вивченні цих груп з'ясовується, що насправді вони відкрито та легально продають ПАР, виходячи з тимчасового лага між появою нової речовини на ринку та внесенням її до списку контрольованих речовин [31]. Особливою популярністю серед молоді користуються речовини, модифіковані різними добавками для вейпінгу (куріння шляхом випаровування). Крім того, існують спеціалізовані сайти, на яких молоді люди діляться своїм досвідом уживання психоактивних речовин.

Ця проблема актуальна і для України, де серед української молоді також поширене вживання «snus» (жувального тютюну), який часто містить додаткові психоактивні добавки на додаток до сигаретної суміші «vare» і знаходиться у вільному доступі в Інтернеті. Важливими вважаються дані, отримані США С.Я. Кімом, Л.А. Маршем та ін. Їх дослідження показало, що крім продажу наркотиків, у соціальних мережах широко поширений продаж офіційно дозволених медичних психоактивних препаратів без рецепту [32]. Знуцання, утиски, коморбідні психічні розлади та проблеми зловживання психоактивних речовин серед підлітків, які регулярно користуються соціальними мережами, можуть призвести до спроб самоушкодження, а в деяких випадках навіть до суїцидальних наслідків.

Авторський колектив у складі А.М. Мемона, С.Г. Шарми, С. Сатъяджита та Дж. Шайлеша зі США провів систематичний огляд існуючих досліджень на цю тему [33]. Проаналізувавши відібрані дослідження, автори виявили, що існують окремі веб-сайти та групи у соціальних мережах, де молоді люди з досвідом самоушкодження спілкуються один з одним, часто анонімно, щоб

отримати соціальну підтримку та обговорити деталі своїх дій. У такі групи часто також входять молоді люди, які не мають досвіду самоушкодження, але мають намір його зробити. Деякі користувачі таких груп отримують позитивні та підтримуючі повідомлення, в той час як інші стикаються з негативними порадами, спрямованими на заохочення до суїцидальної поведінки. Ще одним важливим фактором, що провокує суїцидальні думки, є відеоролики із самопошкодженнями в соціальних мережах та на сайтах обміну відео, наприклад, YouTube [21]. Автори повідомляють, що такі відео дивиться велика кількість людей, зокрема неповнолітніх.

На особливу увагу заслуговують сайти та групи в соціальних мережах, які пропагують зниження ваги. Такі ресурси часто дозволяють здоровим підліткам спілкуватися з підлітками із анорексією, захоплюватися їх слабкостями і намагатися наслідувати їх. В цілому, дослідники дійшли висновку, що підлітки з тією чи іншою формою психічного розладу (зазвичай депресивною) схильні до найбільшого ризику самоушкодження та самогубства [33]. Учні, які систематично зазнають цькування через соціальні мережі або мають соціальні проблеми, що перешкоджають їхній успішній соціальній інтеграції, також перебувають у цій групі ризику.

У цьому сенсі соціальні мережі є для підлітків зручним та безпечним засобом отримання та обговорення специфічної інформації про самогубство [33] та способом популяризації процесу та наслідків самоушкодження. У більшості розглянутих нами досліджень автори посилаються на так зване "проблемне використання інтернету/соціальних мереж" молодими людьми, яке часто називають популярною на Заході та інших частинах світу Бергенською шкалою залежності від соціальних мереж (BSMAS) [34; 35], яка визначається шляхом тестування дітей молодшого шкільного віку. Вперше тест було згадано у статті, опублікованій у 2012 році С.С. Андреассеном, Т. Торбьорном та ін. з відділення психологічних наук Бергенського університету (Норвегія) [34]. У 2012 році тест містив 18 питань та був спрямований на вивчення лише особливостей використання соціальної мережі Facebook.

Наразі тест модифікований і складається із шести питань, які оцінюють, якими соціальними мережами користувалися респонденти за останній рік. Учасники відповідають за п'ятибальною шкалою Лайкерта (всі відповіді оцінюються в балах: 1 – дуже рідко, 2 – рідко, 3 – іноді, 4 – часто, 5 – дуже часто) [34]. Дослідження з використанням BSMAS та процедур валідації тестів були проведені в багатьох країнах Європи, Азії та Північної Америки.

Прикладом може бути дослідження, проведене угорськими вченими для характеристики "проблемного використання соціальних мереж". Вибірка цього дослідження складалася з 5961 підлітка, які навчаються в 9-10 класах загальноосвітніх шкіл Угорщини. Учнів також тестували на визначення рівня самооцінки та тяжкості симптомів депресивного розладу. Автори проаналізували отримані дані та виявили, що лише 4,5% підлітків перебували на "проблемному рівні використання соціальних мереж" відповідно до методики BSMAS. Автори повідомили, що ці підлітки мали низький інтерес до реального світу, були відірвані від реальних життєвих проблем, були відкриті для збільшення своєї активності в соціальних мережах, використовували соціальні мережі понад 30 годин на тиждень, мали нижчу самооцінку, ніж в інших учасників експерименту.

Узагальнюючи результати дослідження, вчені зазначили, що важливим критерієм "проблемного використання соціальних мереж" є залежність, яка характеризується розвитком абстиненційних симптомів, пов'язаних з використанням соціальних мереж [35]. Варто зазначити, що короткі тести, спрямовані на вивчення поведінки людей у кіберпросторі, що дозволяють швидко опитати велику кількість учасників, в даний час дуже популярні у зарубіжних наукових галузях: Крім Бергенської шкали залежності від соціальних мереж (BSMAS), широко використовуються такі тести та опитувальники, як шкала залежності від програм для смартфонів (SABAS), що складається з шести питань; Європейська анкета проекту втручання в кібербулінг (ECIPQ), що перекладена п'ятьма європейськими мовами і містить 22 питання; Європейська анкета проекту втручання у кібербулінг). Аналізуючи діяльність молодих людей

у соціальних мережах у психологічних рамках, необхідно вказати на існування позитивних факторів впливу соціальних мереж.

Британські автори КМ. Kennedy, I. Buchan, J. Powell та ін. проаналізували 42 статті про позитивну роль соціальних мереж у покращенні психологічного та фізичного здоров'я користувачів. Вони виявили, що в соціальних мережах є групи, які надають психологічну підтримку людям, які страждають від алкоголізму та потягу до куріння. Деякі дослідження також показують позитивний вплив груп соціальних мереж, які надають соціальну, психологічну та юридичну підтримку людям, які борються з ожирінням, діабетом, профілактикою ВІЛ, домашнім та шкільним насильством [36].

Ще одним фактором позитивного впливу соціальних мереж на підлітків та молодих людей є комунікаційний компонент. Багато підлітків мають проблеми зі спілкуванням у реальному світі; це може бути пов'язано із особливостями характеру чи відсутністю досвіду спілкування. У соціальних мережах зникає зоровий контакт, і спілкування може стати безособовим. Таке середовище надає сором'язливим та неповноцінним підліткам додаткові можливості завести друзів та отримати соціальну підтримку [36; 37].

Група шведських дослідників А. Егдам, У. Хаміді, А. Бартфай та С. Кох вивчили, як Facebook допомагає людям із помірними когнітивними порушеннями отримати соціальну підтримку. Протягом одного року автори відстежували взаємодію людей у закритій групі Facebook (розмір групи 1 310 осіб), що складається з учасників із підтвердженим діагнозом набутої мінімальної мозкової дисфункції. Оцінювалися публічні пости у групі, коментування та «лайки» постів, а також інші показники. Розподіливши за категоріями повідомлення, зроблені користувачами протягом року, дослідники виявили, що більшість повідомлень (57%) та коментарів (62%) можна віднести до різних видів соціальної підтримки. Цікаво, що лише 17% повідомлень були пов'язані з проханням про підтримку, тоді як 40% були присвячені соціальній та психологічній підтримці інших людей. У більшості випадків, в рамках взаємної підтримки, учасники груп ділилися інформацією про свої симптоми та способи їх подолання, і такий тип взаємодії допомагав боротися з самотністю та

безнадійністю. Інші популярні форми спілкування включали розмови та обговорення повсякденного життя [37].

Представлені авторами аналітичні графіки та діаграми показали, що деякі користувачі частіше спілкувалися з одними й тими ж людьми, що свідчить про більш якісні та дружні відносини між ними. Автори порівняли результати аналогічних досліджень на публічних форумах та групах Facebook зі схожою тематикою і не виявили суттєвих відмінностей. На основі цих результатів дослідники повідомляють, що соціальні мережі, в даному випадку Facebook, можуть бути інструментом для кращого розуміння людей з певними клінічними захворюваннями [37].

Цікавим є вивчення взаємозв'язку самооцінки підлітка та особливостей його поведінки у соціальних мережах. Самооцінка - це оцінка людиною самої себе, своїх здібностей, якостей і свого становища серед інших. Це щось більше, ніж просто впевненість у собі. Самооцінка є основою впевненості в собі. У підлітковому віці починає розвиватися справжнє почуття власної гідності. Людина оцінює себе, виходячи зі свого внутрішнього «я». Звичайно, на рівень самооцінки підлітка можуть впливати засоби масової інформації, які пропагують модель соціального порівняння. Так, діти часто бачать у пресі та соціальних мережах зображення більш благополучних однолітків, які не мають фізичних вад і ведуть активний спосіб життя, що може спровокувати або посилити появу заниженої самооцінки та депресивних симптомів, але основна причина заниженої самооцінки лежить більш «глибоко».

У наш час навіть маленькі діти (дошкільнята та молодші школярі) мають принаймні одну сторінку в якійсь із соціальних мереж, таких як Facebook, Instagram або TikTok. Майже всі персонажі у соціальних мережах мають ідеальне модельне обличчя, фігуру, модний одяг, а дехто має в чому вдосконалюватися щодня, дивлячись на популярних людей і черпаючи натхнення з їхніх образів. Але з іншого боку, деякі підлітки будуть засмучуватися і розчаровуватися в собі через те, що вони не схожі на цих моделей, і впадуть у комплекси та ненависть до себе на цій основі.

Однак соціальні мережі самі по собі не є причиною низької самооцінки, і діти з достатньою самооцінкою не будуть ненавидіти себе тільки через те, що бачать фотографії моделей. Завжди знайдуться причини для низької самооцінки дитини, наприклад, знуцання однокласників або погані стосунки з батьками, відчуття, що вона нікому не потрібна. Тільки тоді людина може стати вразливою, а інформація з соціальних мереж може змусити її ненавидіти себе ще більше. Загалом, можна зробити висновок, що в підлітків самооцінка вже досить сформована, але все ще перебуває під впливом навколишнього світу, особливо в наш час - соціальних мереж. Можна навіть сказати, що вони іноді можуть полегшити життя, якщо не зловживати ними. Але якщо є проблеми з самооцінкою, потрібно знайти та усунути основні причини цих проблем, а не поверхневі фактори.

Негативний вплив соціальних мереж на розвиток молоді в мирний час вже добре досліджений. Тому більш детальну увагу цьому питанню буде приділено під час вторгнення в нашу країну окупаційних військ. Особливо, коли ми розуміємо стан дітей та підлітків, які не можуть впоратися з власними емоціями чи емоціями своїх батьків, а також тих, хто назавжди втратив рідних і вже не вірить у власне майбутнє. Саме вони, підлітки, які проводять багато часу в Інтернеті, постійно відстежуючи найсвіжішу інформацію та стикаючись з найстрашнішими новинами, мають досить негативний та згубний вплив на формування особистості, прояв свідомості, самопізнання, сприйняття власного "Я" та свого місця в суспільстві на даний момент впливу [38].

Серед зарубіжних вчених, які присвятили свої праці дослідженню даної тематики, можна назвати А. Войскунського, Д. Грінфілда, А. Голдберга та К. Янга; серед 72 українських науковців - Е. Акімову, Ю. Бабаєву, О. Белінську, О. Бабаєву, Ю. Беляєву, О. Белінська, Ю. Данько, А. Жичкіна та О. Філатов. Вони розглядають мотиви користування соціальними мережами, приділяють увагу вивченню особистості користувачів мережі та переважно досліджують інтернет-залежність. Таким чином, більшої уваги заслуговують роботи, які розкривають різні аспекти особистості, особливо підлітків, які є досить вразливими у підлітковому віці та зазнають негативного впливу в інтернеті. Зокрема, при

спостереженні та вивченні підлітків під час тривалих періодів пандемії та війни спостерігається переважна негативна тенденція щодо використання соціальних мереж, яка пов'язана з проведенням вільного часу перед моніторами [39].

Проте є й позитивні показники, які свідчать про те, що свідомі підлітки, які швидше "подорослішали" через негативні наслідки війни, намагаються бути корисними українським військовим та українському суспільству. Вони організовують акції зі збору коштів на закупівлю військової амуніції для захисту України, знаходять сайти, де можна продати дорогі речі, необхідні армії, або виготовляють речі власноруч, щоб зібрати кошти на закупівлю спорядження для армії. При цьому вони розуміють і усвідомлюють, що роблять важливий внесок в оборону своєї країни. Всі ці дії (особисті внески) дуже позитивно впливають на стійкість і силу психологічних характеристик підлітка в умовах війни.

Тому соціалізація сучасних підлітків у соціальних мережах є цілком доречною у дні війни. Адже вони здебільшого "живуть в інтернеті", тож зрозуміло, що це критичне середовище має негативний вплив на підлітків [39]. Однак, особливо ті, хто безпосередньо постраждав від переховування в бомбосховищах або назавжди втратив домівки та близьких, бачать, що цінності цих молодих людей стрімко змінюються або ж уже змінилися повністю. Все це має безпосередній вплив на їхнє усвідомлення власного існування та самосприйняття.

Але є також категорія молодих людей, які в цей складний час шукають інформацію про 73 подвиги та досягнення захисників, про загибель героїв на полі бою та їхні відважні перемоги. Дослідження показують, що більшість підлітків, або близько 50%, проводять перед екраном більше 7-9 годин. Іншими словами, ми стали свідками того, як мережі можуть мати значний вплив на особистість та подальший розвиток молодих людей, особливо під час агресивної війни в Україні [40].

Важливо, щоб діти та молодь усвідомлювали, що їхні батьки інколи подають приклад довготривалого користування соціальними мережами. Однак дослідження показують, що це стосується лише 20% батьків. Спілкування між молодими людьми та дорослими, особливо щодо соціальних мереж, є

надзвичайно важливим у цей час, але дослідження показують, що воно є незначним або взагалі відсутнє. Це цілком виправдано, оскільки батькам дуже важко бути залученими у війну і справлятися зі своїми емоціями, зокрема тим, хто був безпосередньо залучений і зазнав ушкоджень з боку окупаційних сил [41].

Сьогодні майже всі дорослі і діти перебувають у стресовому, напруженому і тривожному стані. І більшість людей, особливо вразлива категорія підлітків, які «завжди онлайн», шукають важливу інформацію на ключові питання: «Чому війна?», «Чому гинуть діти і мирні жителі?». Таким чином, у цей страшний для всіх українців час молодь також намагається сховатися від жорстокої, нелюдської реальності та пам'яті про пережите. Деякі підлітки стверджують, що вони зовсім не залежні, і що в цей час багато хто з них допомагає державі та захисникам завдяки онлайн-підтримці та волонтерській роботі [41].

Таким чином, результати аналізу показують, що інформація воєнного часу має певний вплив на психічну діяльність молодих людей. Їхня психіка ще незміцніла, а тому більш чутлива до того, що відбувається. Також помірно, що тривале "життя" в інтернеті дуже негативно впливає на психічне та фізичне здоров'я молодих людей. Крім того, оскільки підлітки набагато рідше бачаться зі своїми друзями і більшість з них перебувають за кордоном, їхнім засобом спілкування є інтернет, і батькам дуже важливо говорити зі своїми дітьми про соціальні медіа, щоб запобігти інтернет-залежності.

### **1.3 Взаємозв'язок активності в соцмережах з особистісними характеристиками підлітків**

Сайти соціальних мереж становлять важливу сферу досліджень для вчених, які цікавляться онлайн-технологіями та їхнім соціальним впливом, як підтверджують нещодавні дослідження в цій галузі [42]. Сайти соціальних мереж — це «веб-сервіси, які дозволяють особам (1) створювати загальнодоступний або напівпублічний профіль у межах обмеженої системи, (2) сформулювати список інших користувачів, з якими вони мають спільний зв'язок, і (3) переглядати та поширювати список своїх зв'язків і поміток, зроблених іншими в системі». Перша соціальна мережа була запущена в 1997 році, і наразі існують сотні SNS по всьому світу, які підтримують широкий спектр практик, інтересів і користувачів [41].

Однією з найбільших соціальних мереж серед студентів коледжів США є Facebook, створений у лютому 2004 року Марком Цукербергом, тоді студентом Гарвардського університету. За словами Цукерберга, «ідея веб-сайту була мотивована соціальною потребою в Гарварді мати можливість ідентифікувати людей в інших житлових будинках». Facebook став дуже популярним серед студентів, з показниками використання понад 90% у більшості кампусів [43]. Це також стимулювало багато недавніх досліджень щодо різних аспектів використання Facebook, таких як використання Facebook в академічних умовах і демографічні предиктори використання Facebook [43]. Один з напрямків дослідження зосереджений на результатах використання Facebook.

Серед молодих людей стосунки з однолітками важливі як для отримання переваг поза мережею, які зазвичай називають соціальним капіталом, так і для психосоціального розвитку. Соціальний капітал — це еластична конструкція, яка використовується для опису переваг, які людина отримує від своїх стосунків з іншими людьми. Дослідник Lin N. припускає, що інтенсивне використання Facebook тісно пов'язане з формуванням і підтриманням соціального капіталу [43]. Під час опитування студентів великого університету було виявлено, що використання Facebook пов'язане з різними показниками соціального капіталу,

включаючи зв'язковий соціальний капітал (який наголошує на інформаційних перевагах гетерогенної мережі слабких зв'язків) і об'єднуючий соціальний капітал (який наголошує на емоційній користі від міцних зв'язків із близькими друзями та родиною).

Крім того, Ellison та ін. виявили докази того, що самооцінка може бути модератором зв'язку між використанням сайту соціальної мережі та соціальним капіталом [44]. Тобто молоді люди з нижчою самооцінкою отримали більше користі від використання Facebook, ніж ті з вищою самооцінкою.

Ці результати показують, що необхідні додаткові дослідження ролі соціальних мереж серед молоді, оскільки підтримка дружби через соціальні мережі, такі як Facebook, може відігравати важливу роль у психологічному розвитку.

Арнетт виділив період між 18 і 25 роками як фазу «розвиваючої дорослості», граничний період між підлітковим і дорослим життям [46]. Він стверджує, що ця стадія має вирішальне значення для дорослого розвитку людини, оскільки протягом цього часу людина формує довгострокові соціальні навички, включно з тими, які мають вирішальне значення для кар'єрної орієнтації та підтримки стосунків [46]. Інші дослідники, які вивчають стадію дорослішання, закликали до додаткових досліджень впливу нових медіа, включаючи сайти соціальних мереж, на розвиток дорослих і стосунки [47]. Було показано, що розвиток і підтримка дружніх стосунків у цей період впливає на формування особистості, благополуччя та розвиток романтичних і сімейних стосунків у довгостроковій перспективі [48]. Сайти соціальних мереж пропонують новий набір інструментів для розвитку та підтримки стосунків і, отже, мають особливе значення для дорослішання.

Це дослідження сприяє попередній роботі над молодими людьми та їх використанням сайтів соціальних мереж, досліджуючи взаємозв'язок між використанням Facebook і перекриттям соціального капіталу.

Існує два взаємодоповнюючих погляди на важливість збереження дружби, особливо серед населення США студентського віку. По-перше, стосунки допомагають генерувати соціальний капітал [44] і є важливим компонентом

психосоціального розвитку для молодих дорослих. Для людей студентського віку такі сайти, як Facebook, можуть відігравати важливу роль у підтримці стосунків, які могли бути втрачені, коли ці люди переїжджали із географічних меж свого рідного міста.

Хоча соціальний капітал є еластичним терміном із різноманітними визначеннями в багатьох сферах [49], існує загальна думка, що він широко стосується переваг, які ми отримуємо від наших соціальних відносин [44]. Його можна сприймати в негативному плані, наприклад, коли не члени групи позбавлені доступу до тих самих переваг, що й члени, але загалом сприймається як позитивний [49]. Це було пов'язано з такими різноманітними результатами, як просування по службі, організаційний успіх і багатьма іншими позитивними соціальними результатами, такими як покращення громадського здоров'я та зниження рівня злочинності. Соціальний капітал також пов'язують із психологічним і фізичним благополуччям молодих людей. У широкомасштабному огляді вищезгаданих досліджень ми виявили, що, незважаючи на відсутність послідовного визначення та вимірювання, попередні дослідження показують, що молоді люди з більшим соціальним капіталом, швидше за все, будуть брати участь у поведінці, яка веде до покращення здоров'я, успіху в навчанні та емоційного розвитку.

Уміння формувати та підтримувати стосунки є необхідною передумовою для накопичення соціального капіталу. Лін розширює поняття соціального капіталу, наголошуючи на важливості розвитку соціальної мережі, вважаючи, що соціальний капітал виникає внаслідок «інвестицій у соціальні відносини з очікуваною віддачею» і припускає, що переваги виникають завдяки більшому «доступу до та використанню ресурсів, вбудованих у соціальні мережі». Також Лін визначає соціальний капітал як «суму ресурсів, фактичних або віртуальних, які накопичуються індивідом або групою внаслідок володіння довговічною мережею більш-менш інституціоналізованих відносин взаємного знайомства та визнання».

Важливо розрізняти концепції соціального капіталу на індивідуальному рівні та на рівні стосунків і концепції на рівні громади, хоча ми можемо розглядати останню як сукупність першої.

Наша увага зосереджена на соціальному капіталі індивідуального рівня, де дослідження загалом розрізняють два широкі типи: об'єднуючий і сполучний соціальний капітал [50]. Об'єднуючий соціальний капітал існує між людьми в тісних, емоційно близьких стосунках, таких як родина та близькі друзі. Хоча сполучний соціальний капітал розглядається як конструкт індивідуального рівня, попередні дослідження концептуалізували його в контексті спільноти [51].

Дослідники соціального капіталу виявили, що різні форми соціального капіталу, включаючи зв'язки з друзями та сусідами, пов'язані з показниками психологічного благополуччя, такими як самооцінка та задоволеність життям [52]. Однак більшість досліджень, що вивчають зв'язки між самооцінкою, показниками добробуту та соціальним капіталом, наголошують на важливості сім'ї, інтимних стосунків і близьких друзів. Існує потреба в додаткових дослідженнях для вивчення потенційних зв'язків між психологічним благополуччям і типами слабких зв'язків, які, як вважають, сприяють посиленню соціального капіталу. Helliwell стверджує про такий зв'язок у своїх дослідженнях, документуючи, як люди виявляють приріст самооцінки, коли вони надають технічні поради незнайомцям через Інтернет [52].

За останнє десятиліття низка досліджень досліджувала, як використання Інтернету може бути пов'язане з психологічним і соціальним благополуччям із неоднозначними результатами [53]. Дослідники виявили, що інтенсивне використання Інтернету пов'язане з різними показниками самотності, депресії та стресу. Вони стверджують, що це сталося тому, що слабші зв'язки, створені в Інтернеті, замінили міцніші офлайн-зв'язки з родиною та друзями.

У подальшому дослідженні протягом більш тривалого періоду вони виявили, що використання Інтернету більше не було пов'язане зі зниженням спілкування та залученням до сім'ї (і пов'язаними показниками самотності та депресії), тобто наслідки були загалом позитивними. Особливий інтерес викликав їхній висновок про те, що показники інтроверсії та екстраверсії

модерували результати від користування Інтернетом, причому екстраверти з більшою ймовірністю відчують користь від використання Інтернету, ніж інтроверти. Інші дослідники також стверджують, що використання Інтернету позитивно впливає на психологічний стан і пов'язують це зі збільшенням онлайн-взаємодій, що зменшує будь-які втрати спілкування з іншими через час, проведений онлайн.

В експерименті Wang та ін виявили зниження сприйняття самотності та депресії, а також підвищення сприйнятої соціальної підтримки та самооцінки після участі в онлайн-чатах. У відповідному дослідженні Валкенбург і Пітер виявили, що соціально тривожні підлітки вважали Інтернет більш цінним для інтимного саморозкриття, ніж респонденти, які не відчували соціальної тривоги, що призвело до більшого спілкування онлайн [54].

Незважаючи на велику кількість досліджень використання Інтернету загалом, досліджень, що вивчають складні взаємозв'язки між психологічним благополуччям і використанням онлайн-сервісів соціальних мереж, мало. За помітним винятком автори виявили, що чим більше людей користуються сайтами соціальних мереж, тим частіше спілкуються з друзями, що позитивно впливає на самооцінку респондентів і, зрештою, на задоволеність життям [54].

Хоча численні дослідження показують, що стосунки є важливими елементами соціального розвитку молоді, це також період життя, коли стосунки перериваються, коли люди переїжджають з одного місця в інше. Вступ до коледжу, переїзд з одного місця проживання на інше, закінчення навчання та вступ до професійної роботи – все це події, які можуть порушити підтримку стосунків між людьми цієї демографічної групи. Ці люди мають особливо нагальну потребу в тому, щоб мати можливість підтримувати зв'язки зі своїми знайомими, залишаючись відкритими для нового досвіду та стосунків у своєму поточному географічному контексті.

Зокрема, перехідний соціальний капітал можна збільшити за допомогою сайтів соціальних мереж, таких як Friendster або Facebook, оскільки вони дозволяють користувачам створювати та підтримувати більші, дифузні мережі стосунків, з яких вони потенційно можуть черпати ресурси [55].

В одній із небагатьох спроб дослідити вплив використання сайту соціальної мережі на соціальний капітал серед молоді Еллісон та ін. опитали користувачів Facebook у великому університеті Середнього Заходу. Вони оцінювали рівні зв'язуючого соціального капіталу, а також «збереженого» соціального капіталу, який вказує на здатність людини залишатися на зв'язку з членами раніше населеної спільноти. Вони виявили, що інтенсивність використання Facebook є суттєвим прогностичним показником подолання соціального капіталу, навіть після контролю за рядом демографічних показників, загального використання Інтернету та показників психологічного благополуччя. Середня кількість друзів, про яку повідомили ці учасники, становила від 150 до 200.

Крім того, Ellison та ін виявили, що зв'язок між використанням Facebook і перехідним соціальним капіталом був більшим для студентів із низькою самооцінкою, ніж для студентів із високою самооцінкою, а суб'єкти з високою екстраверсією отримали більше від використання Інтернету, ніж суб'єкти з низькою екстраверсією. Хоча інтроверсія/екстраверсія не є такою самою змінною, як самооцінка, такі висновки свідчать про те, що є цінність у дослідженні того, якою мірою на схильність людини до встановлення стосунків може певним чином вплинути використання ними соціальних мереж, таких як Facebook.

У дослідженні, проведеному Trapnell та Sinclair (2013) [56] в Університеті Вінніпега, розглядалися два ключові гіпотези про скорочення: часте використання текстових повідомлень та інших ультракоротких форм електронної комунікації пов'язано з нижчим рівнем стандартизованого рефлексивного мислення. Окрім цього, вони досліджували, чи знижується рівень рефлексії серед молодих людей. Вони провели серію онлайн-тестів для 2 314 психологів, які брали участь у трирічному сукупному тестуванні, і виявили кілька кореляцій, які дивним чином узгоджуються з гіпотезою про скорочення. Вони виявили, що частота відправлення текстових повідомлень була послідовно і слабо пов'язана з характеристиками, цілями та ставленням людей з низьким інтересом та прихильністю до рефлексії. Вони також виявили, що найбільш

значущими негативними корелятами частоти текстових повідомлень були рефлексивне мислення, відкритість нового досвіду та три моральні життєві цілі (бути моральною людиною, жити з істинною цілісністю та жити етичним та принциповим життям). [56]

Відкритість досвіду була єдиною рисою з Великої п'ятірки, яка показала значну тенденцію до зниження, що дозволяє припустити зв'язок між цією областю та рефлексивною компетентністю, хоча вони також визнають, що це може бути не пов'язане з недавніми технологічними змінами. Мета цього дослідження - повторити результати Трапнелла і Синклера і розширити їхню роботу, перевіряючи затвердження гіпотези Шаринга щодо використання соціальних мереж.

На відміну від відносної важливості, що надається рефлексивному мисленню та моральній поверховості, дослідження впливу особистості на частоту використання текстових повідомлень та соціальних мереж досить поширені; Еренберг, Джакс, Уайт та Уолш (2008) досліджували роль особистості та самооцінки у використанні студентами коледжу комунікаційних технологій (наприклад, здійснення та прийом телефонних дзвінків, відправлення та прийом текстових повідомлень та використання миттєвих повідомлень) [57]. Учасники (N = 200) повідомили про середню кількість часу, яку вони витрачають на використання комунікаційних технологій, та заповнили особистісний опитувальник із 60 пунктів та опитувальник самооцінки із 25 пунктів. Численний регресійний аналіз показав, що учасники з вищими показниками екстраверсії або нейротизму частіше користувалися текстовими повідомленнями. Перше пояснюється прагненням до соціальної взаємодії, а друге - тим, що довілля дозволяє більше часу переглядати та редагувати зміст повідомлень.

Корреа, Хінслі та Суньїга (2010) [58] також досліджували взаємозв'язок між особистісними характеристиками та використанням соціальних мереж. Учасникам (N = 959) було запропоновано заповнити онлайн-опитувальник, який оцінює особисті якості, задоволеність життям та соціально-демографічні характеристики. Ієрархічний множинний регресійний аналіз показав, що ті, хто повідомив, що вони тривожні, неспокійні, інноваційні, творчі та екстравертовані,

з більшою ймовірністю користуватимуться соціальними мережами. Екстраверсія була сильнішим предиктором використання соціальних мереж серед молодших учасників, і хоча екстравертовані чоловіки та жінки частіше користувалися соціальними мережами, чоловіки були більш схильні бути постійними користувачами, якщо вони були більш емоційно стабільними. Такий зв'язок між використанням соціальних мереж та емоційною стабільністю не спостерігався у жінок [58].

Росс та ін. (2009) досліджували вплив особистісних змінних на деякі аспекти використання Facebook. Студенти старших курсів (N = 97) заповнили серію онлайн-опитувальників, що складаються з навичок комп'ютерного спілкування (СМС), особистісних характеристик та трьох питань, пов'язаних з (1) базовим використанням Facebook, (2) ставленням до Facebook та (3) обміном особистої інформацією у Facebook. Учасників попросили відповісти на запитання. Результати показали, що люди з вищими показниками екстраверсії були членами більшої кількості груп у Facebook, але не мали значно більше друзів. Було зроблено висновок, що екстраверти використовують Facebook як соціальний інструмент для миттєвого спілкування та зворотного зв'язку, а не як альтернативу офлайновій соціальній діяльності або іншим (наприклад, обміну текстовими повідомленнями) [59].

## Висновок до першого розділу

Отже, на основі проведеного теоретичного аналізу сучасної вітчизняної та зарубіжної літератури ми визначили особливості поведінки підлітків у соціальних мережах у взаємозв'язку із їх рисами особистості.

Ми виявили, що підлітковий вік вирізняється тим, що їх представники проявляють високий рівень колективізму та конформізму у межах референтної групи однолітків. Саме спілкування із однодумцями та включення у групу є необхідною частиною соціалізації підлітка. Така поведінка проявляється і у активності у соціальних мережах, де підлітки гуртуються у неформальні групи та підтримують зв'язки онлайн, відчуваючи згуртованість.

Також було встановлено, що особливості поведінки підлітків у соціальних мережах включають низку ризиків. Наприклад, дослідження теми використання заборонених речовин, кібербулінг, анонімність, що надає відчуття уникнення покарання за дії в інтернеті тощо. Важливим моментом психологічного впливу використання інтернету є зображення ідеального обличчя, тіла, форм та рис, які часто є недосяжним ідеалом для підлітків. Такі стимули можуть провокувати розвиток незадоволення власною зовнішністю та тілом у тих, хто має психологічну схильність до розвитку подібних комплексів.

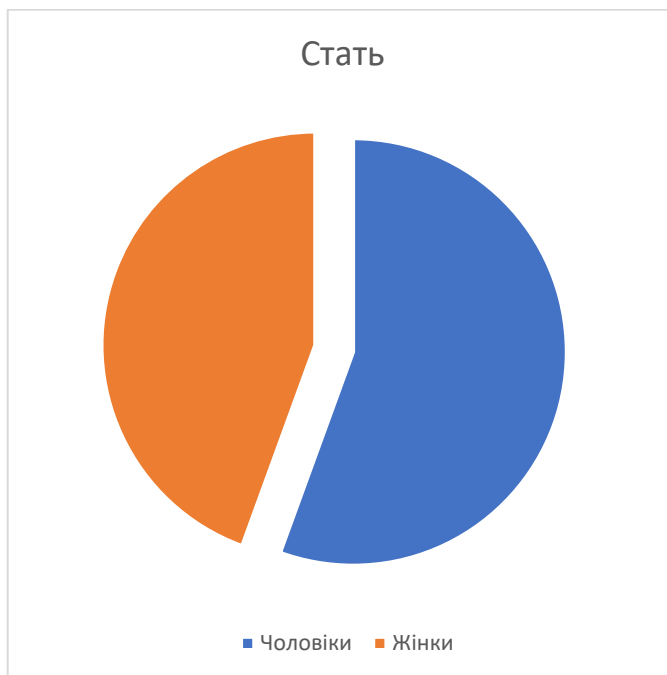
## РОЗДІЛ II. ОРГІНАЗЦІЯ ТА МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ОСОБИСТІСНИХ ХАРАКТЕРИСТИК З АКТИВНІСТЮ ВИКОРИСТАННЯ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ

### 2.1. Процедура дослідження та опис вибірки

В дослідженні особистісних характеристик з активністю використання соціальних мереж взяло участь 45 осіб, з яких респондентів жіночої статі становило 20 осіб, а чоловічої статі 25 особи. Віковий діапазон досліджуваної вибірки склав від 13 до 16 років, що повністю охоплює підлітковий вік, згідно вікової періодизації. Всі особливості представлені на рис. 2.1. та табл. 2.1.

Рис. 2.1.

Розподіл респондентів за шкалою «Стать»



Таблиця 2.1.

Аналіз особливостей за шкалою «Вік», «Стать» та питання власної анкети

Шкала «Вік»			
Мінімум	Максимум	Середнє	Стандартне відхилення

13	16	15,53	1,76
Шкала «Стать»			
Чоловіки	Жінки	Всього респондентів	
(25) 55,6%	(20) 44,4%	(45) 100%	
Шкала «В якому класі Ви навчаєтесь?»			
Сьомий клас	Восьмий клас	Дев'ятий клас	
(14) 31,1%	(14) 31,1%	(17) 37,8%	
Шкала «Яким гаджетом Ви користуєтесь частіше для входу в мережу інтернету?»			
Смартфон	ПК	Планшет	Ноутбук
35 (77,8%)	4 (8,9%)	1 (2,2%)	5 (11,1%)
Шкала «Я Якими соціальними мережами Ви користуєтесь частіше?»			
Фейсбук	Інстаграм	Тікток	Твітер
5 (11,1%)	16 (35,6%)	23 (51,1%)	1 (2,2%)

За рис. 2.1. можна визначити особливості співвідношення респондентів за шкалою «Стать». Візуально можна спостерігати, що жінки складають дещо меншу частину від всієї вибірки, а чоловіки навпаки більшу, хоча різниця не є візуально значущою.

За табл. 2.1. середнє значення та стандартне відхилення шкали «Вік» вказують на те, що в середньому також вік респондентів знаходиться на значенні 15,53+/-1,76. Варіативність віку від 13 до 18 років, тобто складає 5 років. За відсотковим співвідношенням шкали «Стать» вибірку складає 55,6% чоловіків та 44,4% жінок. Загальна сума вибірки складає 45 спостережень (N=45).

За питаннями розробленого анкетування вдалось встановити, що 14 (31,1%) осіб в дев'ятому класі, 14 (31,1%) осіб десятому та 17 (37,8%) в одинадцятому класі. Найрозповсюджений гаджет для входу в мережу інтернету серед підлітків є смартфон, майже 80% користуються ним найчастіше, потім йде ноутбук 11,1%, персональний комп'ютер 4 (8,9%) та планшет 1 (2,2%). У якості любленої соцмережі підлітки частіше згадують Тікток 51,1%, потім Інстаграм

використовують 35,6%, як основну мережу та Фейсбук 11,1% з Твітером 2,2% мають найменшу розповсюдженість серед даного вікового діапазону.

Дослідження згідно завдань визначає головною метою встановлення особистісних характеристик з активністю використання соціальних мереж, тому дослідження по структурі можна поділити на декілька організаційних етапів, а саме:

1. Теоретичний аналіз сучасної літератури;

2. Формулювання гіпотез досліджень та моделювання аспектів проведення дослідження;

3. Збір первинних даних через опитування респондентів віком від 13 до 18 років рядом методик спрямованих на визначення особистісних характеристик та особливості соціальної активності, до таких методик можна віднести: «Велика п'ятірка» (Мак-Крєє, Коста), «Дослідження самооцінки» (Дембо, Рубінштейн), «Рівень суб'єктивного контролю» (Ротер), «Шкала стресу PSS-10» (Кохен, Вільямсон) та розроблено анкетування з метою визначення особливостей активності у соціальних мережах.

4. Обробка отриманих даних завдяки методам математично-статистичної обробки, до методів, які були використані можна віднести: описову статистику, а саме частотний аналіз, аналіз мір центральних тенденції, таблиці кростабуляції, критерій перевірки нормальності розподілу Колмогорова-Смірнова та Шапіро-Уїлка, кореляційні матриці Пірсона, а також для побудови прогностичної моделі впливу на активність в соціальних мережах регресійний аналіз.

5. Інтерпретація отриманих результатів та написання висновків.

## 2.2. Обґрунтування методик дослідження

### «Велика п'ятірка» (Мак-Крає, Коста)

П'ятифакторна модель - це диспозиційна модель особистості, в якій людина характеризується п'ятьма характеристиками (диспозиціями) або іншими факторами. Риса - це тенденція (схильність) поводитися певним чином, яка проявляється у поведінці людини у різних ситуаціях. Слід зазначити, що використання слова "модель" тут не має на увазі теоретичного обґрунтування походження явища або природи його ефектів, а є описовою конструкцією того, що виникає внаслідок емпіричного дослідження.

Велика п'ятірка" - це таксономія рис особистості, яка показує, які з рис, що використовуються людьми для опису один одного, згруповані під загальним знаменником". Велика п'ятірка" - це емпірично виведене явище, а не теорія особистості. Це фактор, отриманий в результаті процедури, яка називається факторним аналізом.

Термін "Велика п'ятірка" був придуманий Л. Голдбергом і вперше пов'язаний із дослідженням особистості шляхом аналізу дескрипторів у людській мові. Термін "п'ятифакторна модель", з іншого боку, пов'язаний з дослідженнями особистісних характеристик за допомогою особистісних опитувальників. Ці дві дослідницькі традиції утворюють багато в чому схожу модель, й у практиці терміни часто використовуються як взаємозамінні (10). Тому в нашому дослідженні ми використовуватимемо ці терміни як синоніми. Що стосується п'ятого чинника, "відкритість новому досвіду", ми хотіли б відзначити, що між лексичним та опитувальним підходами існують деякі розбіжності.

R. McCrae та P. Costa, McCrae та Costa є пояснювальною базою ролі (походження, розвитку і т.д.) 'великої п'ятірки' факторів.

П'ятифакторна модель особистості заснована на базовій лексичній гіпотезі, а саме на тому, що найважливіші індивідуальні відмінності в людській взаємодії з часом кодуються у вигляді окремих слів у природній мові. Засновник цієї гіпотези відомий як сер Ф. Гальтон, який вперше запропонував у 1884 році, що "вивчаючи мову, ми можемо вивести таксономію рис людської особистості"; в

1936 році Г. Олпорт і Г. Одберт провели таке дослідження і знайшли понад чотири тисячі прикметників зі словника, які підходили під опис рис особистості. Це були прикметники, які люди використовували у повсякденному житті для опису явної та свідомої поведінки себе та інших. У 1940 році Р. Кеттелл, використовуючи цей список на основі менш чітко сформульованих критеріїв, виділив 16 факторів особистості шляхом підбору описових слів та відкидання синонімів. Потім у 1949 році Р. Фіске скоротив кількість факторів до п'яти, але його робота не отримала великої уваги у науковому співтоваристві; 1961 року американські військові психологи Еге. Тупс і Р. Кристал провели власне дослідження Surgency (агресивна імпульсивність) з дуже різноманітною вибіркою, куди увійшли Адаптивність, Надійність, Емоційна стабільність і Культура. У 1963 році Норман також перейменував надійність у сумління, і було виведено п'ять факторів.

Така п'ятифакторна модель була створена Л. Голдбергом, який відродив психоаналітичний підхід до дослідження особистості у 1980-х роках та зробив п'ятифакторну модель широко визнаною. Голдберг писав таке: "Індивідуальні відмінності, які найбільш важливі для повсякденних відносин, зрештою пов'язані з мовою. Чим важливіші такі відмінності, тим більше людей визнають їх і хочуть говорити про них, а значить, зрештою знаходять відповідну мову". Він також запровадив термін "Велика п'ятірка" як назва для п'яти виділених факторів особистості. Незважаючи на це, Л. Голдберг не був творцем найбільш широко використовуваного психодіагностичного інструменту для виявлення рис "Великої п'ятірки"; піонерами у цій галузі були П. Коста та Р. Маккрей, які створили особистісний опитувальник NEO PI.

Оскільки мовою творців п'ятифакторної моделі є англійська, яка до того ж є міжнародною мовою, доречно буде назвати фактори їх оригінальними англійськими назвами. Extraversion - екстраверсія, товариськість, залучення до зовнішнього світу (фактор E); Agreeableness - погоджуваність, турботливість, кооперативність (фактор A); Conscientiousness – контроль, залежність, надійність, саморегуляція (фактор C); Neuroticism – нервозність, негативна

емоційність (фактор N), Openness to Experience – оригінальність, відкритість нового досвіду (фактор O).

Кожен основний фактор (фактор найвищого рівня) містить підфактор або фасет, який також є фактором нижчого рівня. Фасети - це більш конкретні риси (або компоненти узагальнених рис), що становлять кожен із п'яти факторів "Великої п'ятірки". Без цих підфакторів розуміння основних чинників буде неповним і деяких випадках неточним. Наприкінці 1990-х років, коли було визначено п'ять основних чинників, усе ще точилися суперечки, скільки має бути підфакторів. Наприклад, факторна модель AB5C5 містить 45 біполярних субфакторів (автори В. Хофсті, Б. Де Раад та Л. Голдберг), факторна модель NEO-PI-R5, розроблена П. Костою та Р. МакКреєм, з отримав 30 біполярних субфакторів, Каліфорнійський психологічний опитувальник Гоу має близько 30-35 факторів та ін. Проте дослідники вирішили зосередитись на шести підфакторах для кожного фактора.

Взаємодія із зовнішнім світом" або "Е-фактор" також може бути названий екстраверсією. Цей показник вказує на те, чи подобається людині перебувати серед людей, чи сповнена вона енергії, ентузіазму та позитивних емоцій. Люди з високою екстраверсією, як правило, активні в Групі, що прагнуть виявити себе і привернути увагу, дуже високі показники по цьому фактору можуть вказувати на obsесивно-компульсивну поведінку. Шкала екстраверсії має такі виміри, як "щирість", "товариськість", "напористість", "плинність", "збудливість", "соціальна взаємодія". шкалу екстраверсії також включені такі вимірювання: 'щирість', 'зовнішня стимуляція' та 'життєрадісність'.

Прихильність" ("співпраця", "А-фактор") показує, наскільки гармонійно людина існує в суспільстві, порівнюючи просоціальну та колективну орієнтацію з егоцентризмом. Люди з високим балом за цією шкалою схильні орієнтуватися на бажання та інтереси групи, а не на свої власні. Такі люди добрі, добросерді, терпимі до інших, мають "приємну вдачу" і вважають, що люди добрі за своєю природою. Надмірно високі цінності можуть призвести до втрати своєї унікальності. який ставить на чільне місце власні інтереси і мало піклується про благополуччя групи, вони байдужі до страждань інших і, хоча можуть бути

жорстокими, можуть відкрито критикувати і бути абсолютно об'єктивними у своїх судженнях. " надійність " . " Відкритість " , " альтруїзм " , " поступливість " , " смиренність " і " емпатія " чітко характеризують міжособистісні відносини, поруч із " А-фактором " , " Е - фактор " .

Шкала "Контроль" ("Саморегуляція", "Самоконтроль" і "Фактор С") показує, наскільки усвідомлено людина виконує свої завдання, наскільки має почуття мети, організованість і мотивація. Високий бал за цією шкалою вказує на те, що людина надійна, пунктуальна, самоконтрольна і обізнана. З іншого боку, низький бал вказує на те, що людина лінива, недбала, слабовільна і не прихильна до справи. Фактор "самоконтроль" включає впевненість, організованість, працьовитість, прагнення до успіху, самодисципліну і розсудливість.

"Негативна емоційність" або "невротизм" - це схильність відчувати негативні емоції, що відображається у "факторі N". Ця шкала вимірює, наскільки людина емоційно стабільна чи нестабільна. Негативна емоційність (нейротизм) виявляється у реактивності, тобто схильності переживати більше, ніж інші. Протилежний полюс описує людей, які спокійніше ставляться до життя та життєвих ситуацій, ніж інші; аспекти N-фактора - "тривожність", "гнів", "депресія", "сором'язливість", "імпульсивність" та "вразливість".

Шкала "Відкритість новому досвіду", фактор О, показує, наскільки людина зацікавлена у розширенні свого кругозору, пізнанні нового, знайомстві з новими людьми та відвідуванні нових місць. Люди з високими показниками вважаються творчими, інтелектуально не чудовими, з багатою уявою, культурно розвиненими, люблять інновації та відкриті для зворотного зв'язку. Низькі показники вважаються консервативними, більш виконавчими, менш схильними до експериментів і фантазії, які віддають перевагу комфортним і знайомим місцям; аспекти фактора О - уява, естетика, чутливість, незвичайна поведінка, інтелектуальна цікавість, нові ідеї та вільне мислення.

Як згадувалося вище, п'ятий чинник - це той, яким думки прибічників різних наукових підходів розділилися найбільше. Прихильники методу опитування часто називають його "відкритістю до досвіду", а прихильники

лексичних досліджень (досліджень за допомогою лінгвістичного аналізу) найчастіше називають його "інтелектом" або "уявою".

Таким чином, п'ятифакторна модель заснована на рисах особистості (схильності людини поводитися певним чином) і включає п'ять основних факторів: 1) Невротизм - негативний афект, 2) Екстраверсія - активність по відношенню до зовнішнього світу, 3) Відкритість досвіду – відкритість новим ідеям; 4) співробітництво. - відданість іншим; 5) Домінування/контроль – здатність контролювати себе.

#### «Дослідження самооцінки» (Дембо, Рубінштейн)

Методика діагностики самооцінки Дембо Рубінштейна в модифікації А.М. Парафіян являє собою пряму оцінку (шкалювання) дітьми молодшого шкільного віку низки особистісних якостей, зокрема здоров'я, здібностей та індивідуальності. Досліджуваним пропонується відзначити на вертикальній лінії ступінь розвитку цих якостей (самооцінка) і ступінь домагань, тобто ступінь розвитку тих же якостей, які їх задовольняють. Кожен досліджуваний отримує бланк тесту з інструкцією та завданнями.

#### «Рівень суб'єктивного контролю» (Ротер)

УСК визначає типи поведінки як зовнішні чи внутрішні. У першому випадку люди вважають, що те, що відбувається з ними, є результатом дії зовнішніх сил, таких як удача або інші люди. У другому випадку люди інтерпретують важливі події як результат їхньої власної діяльності.

Локус контролю, характерний для людини, є універсальним по відношенню до кожної події чи ситуації, з якими вона стикається. Один і той же тип контролю характеризує поведінку людини як при невдачі, так і при успіху, і це відноситься до різних галузей соціального життя.

Конформістська і поступлива поведінка більш характерна для людей із зовнішнім локусом контролю. На відміну від людей з екстернальним локусом, люди з внутрішнім локусом менш схильні підкорятися тиску з боку інших,

чинити опір, коли відчують, що ними маніпулюють, і сильніше, ніж люди з екстернальним локусом, реагують на втрату особистої свободи.

Люди з внутрішньою позицією контролю краще працюють індивідуально, ніж під наглядом чи відеозаписом. Екстраверти характеризуються постійною потребою спілкування. Екстраверсія пов'язана з тривожністю та депресією.

Інтроверти віддають перевагу недирективним методам психологічної корекції, в той час як екстраверти суб'єктивно більше орієнтовані на зовнішній контроль.

### «Шкала стресу PSS-10» (Кохен, Вільямсон)

Шкала сприйняття стресу (Perceived Stress Scale, PSS) була розроблена американським дослідником Шелдоном Коеном та його колегами для визначення того, наскільки люди оцінюють певні життєві ситуації як стресові. Теоретичною основою методу є теорія когнітивного опосередкування Р. Лазаруса, згідно з якою реакція людини на складну подію та її патогенний вплив на фізичне і психічне здоров'я визначається не об'єктивними характеристиками стресора (характер, інтенсивність, тривалість, раптовість тощо), а суб'єктивною оцінкою події в контексті її копінг-навичок. Вважається, що вона визначається суб'єктивною оцінкою події. Стрессова реакція виникає тоді, коли а) ситуація сприймається як значуща і загрозлива і б) ресурси людини оцінюються як недостатні для її подолання.

Шкала вимірює, наскільки стресовим, тобто непередбачуваним, неконтрольованим і приголомшливим, людина сприймає попередній місяць свого життя. Цим PSS відрізняється від багатьох методик (наприклад, опитувальник життєвого стресу Холмса-Рея, оцінка стресорів у професійній діяльності), які зосереджуються на зовнішніх стресах і надають перелік проблемних ситуацій, які учасники оцінюють протягом певного періоду часу. Натомість сприйманий стрес розглядається як загальний результат реальних подій, процесів подолання та впливу багатьох інших особистих і контекстуальних факторів (наприклад, очікування, фрустраційна толерантність,

накопичений рівень стресу, доступність ресурсів, наявність соціальної підтримки).

Спочатку шкала складалася з 14 пунктів, водночас автори запропонували скорочену 4-пунктну версію для телефонних опитувань. Того ж року було розроблено 10-пунктну версію, яка була використана в національному дослідженні здоров'я та задоволеності життям у США. Ці питання були такими: "Скільки разів за останній місяць вас засмучувала неочікувана подія" та "Скільки разів за останній місяць ви були впевнені, що можете вирішити особисту проблему". Учасники оцінювали кожен пункт за п'ятибальною шкалою Лайкерта: ніколи (0 балів), майже ніколи (1 бал), іноді (2 бали), досить часто (3 бали) і часто (4 бали). Для позитивно сформульованих пунктів (тобто навпаки) шкала оцінювання перевертається і бали за всіма пунктами підсумовуються; загальний бал за PSS відображає ступінь стресу в поточному житті людини і є оцінкою сприйняття ступеня, до якого зовнішні вимоги виходять за межі її здатності впоратися з ними.

Автори стверджують, що місячний період є достатньо довгим для того, щоб учасники усвідомили об'єктивні події, які впливають на рівень їхнього стресу. Водночас PSS не прив'язує оцінку до конкретної ситуації. Він чутливий як до поточних життєвих обставин, так і до стресу, спричиненого нереалізацією очікуваних подій, а також до проблем у житті друзів і родичів. Оскільки опитувальник є загальним і не стосується конкретних життєвих чи робочих ситуацій, його можна використовувати для всіх груп населення, які мають принаймні середню освіту. Такий підхід дозволяє охопити різні джерела стресу в різних країнах і культурах. Простота і зручність використання опитувальника дозволяє застосовувати його в телефонних та інтернет-опитуваннях.

14-, 10- та 4-пунктові шкали продемонстрували високу внутрішню та ретестову надійність, прогностичну та конструктну валідність. Доведено, що PSS-10 оцінює сприйнятий стрес без погіршення психологічної якості порівняно з більш комплексними шкалами. Показники PSS помірно корелюють з кількістю складних подій, які учасники пережили за останній рік, але найголовніше - оцінка сприйнятого стресу є більш надійним предиктором негативних наслідків

стресу та проблем з адаптацією, ніж традиційний опитувальник життєвих подій. Ступінь соціальної тривожності значною мірою пов'язаний з депресивними симптомами, залежністю від куріння, більшим вживанням алкоголю і наркотиків, а також частотою захворювань і зверненням за медичною допомогою.

Згодом низка досліджень підтвердила зв'язок між відчутним стресом і поганим фізичним здоров'ям, включаючи пригнічення імунної відповіді, розвиток діабету, шкірних захворювань, загоєння ран, ризик серцево-судинних захворювань, ожиріння і труднощі в контролі над споживанням їжі, ускладнення вагітності та інші ефекти. Водночас, існують докази з різних культур і вікових груп, що психологічні фактори, такі як стратегії подолання стресу, сумлінність, емоційний інтелект і самоефективність, а також сприйняття соціальної підтримки впливають на суб'єктивне сприйняття стресу. Ці фактори роблять регуляцію когнітивного стресу важливою для запобігання та подолання багатьох психосоматичних, афективних і поведінкових розладів.

Тому PSS є корисним інструментом для вивчення суб'єктивної оцінки стресу як чинника виникнення та розвитку фізичних, психічних і поведінкових розладів. Оскільки сприйняття рівня стресу залежить від щоденних проблем, важливих життєвих подій та змін у ресурсах подолання стресу, очікується, що прогностична валідність PSS знижується через 4-8 тижнів після опитування.

## **Висновок до другого розділу**

Отже, на основі обраної цілі та мети дослідження ми обрали наступні методики: «Велика п'ятірка» (Мак-Крає, Коста), «Дослідження самооцінки» (Дембо, Рубінштейн), «Рівень суб'єктивного контролю» (Ротер), «Шкала стресу PSS-10» (Кохен, Вільямсон).

Такий набір відповідає задачам дослідження та дає можливість широко дослідити особистісні риси підлітків, локус контроль, самооцінку та їх рівень стресу. У нашому дослідженні взяло участь 45 підлітків (віком від 14 до 18 років), серед яких 20 осіб жіночої статі, а 25 осіб чоловічої.

Результати дослідження були оброблені методом математично-статистичної обробки.

# РОЗДІЛ III. АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ОСОБИСТІСНИХ ХАРАКТЕРИСТИК З АКТИВНІСТЮ ВИКОРИСТАННЯ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ

## 3.1. Представлення особистісних характеристик підлітків

Даний підрозділ включає відображення особливостей досліджуваної вибірки за шкалами методик: «Велика п'ятірка» (Мак-Крає, Коста), «Дослідження самооцінки» (Дембо, Рубінштейн), «Рівень суб'єктивного контролю» (Ротер), «Шкала стресу PSS-10» (Кохен, Вільямсон) та результатів власного анкетування особливостей активності у соціальних мережах.

Всі змінні у даному підрозділі будуть проаналізовані відповідно табличного представлення отриманих результатів у ході математично-статистичної обробки даних. Представлені результати описових статистик.

Даний підрозділ повністю спрямований на визначення всіх особливостей досліджуваних явищ серед 45 респондентів підліткового віку (20 жінок та 25 чоловіків). Таким чином у даному підрозділі будуть представлені результати, що будуть охарактеризувати зустрічаємість досліджуваних проявів. Результатами даного підрозділу є цілісне зображення вибірки згідно досліджуваних аспектів особистісних характеристик та соціальних мереж.

Таблиця 3.1

### Психологічний профіль досліджуваних за шкалами та субшкалами «Великої п'ятірки»

Методика	№	Шкала	Середнє значення	Стандартне відхилення	Рівень прояву
Велика п'ятірка	1	Пасивність-Активність	8,73	2,27	Середній
	2	Підпорядкованість-Домінування	8,40	2,49	Середній
	3	Замкнутість-Товариськість	9,06	2,53	Середній
	4	Уникнення вражень-Пошук вражень	10,60	2,60	Середній
	5	Уникнення уваги-Привернення уваги	9,82	2,12	Середній
	6	Інтроверсія-Екстраверсія	<b>47,77</b>	7,44	Середній
	7	Байдужість-Теплота	9,15	1,87	Середній
	8	Суперництво-Співробітництво	9,26	2,40	Середній

9	Підозрілість-Довірливість	9,26	1,82	Середній
10	Нерозуміння-Розуміння	9,60	2,10	Середній
11	Самоповага-Повага до інших	10,86	2,74	Середній
<b>12</b>	<b>Відокремленість-Прихильність</b>	<b>48,15</b>	<b>5,37</b>	<b>Середній</b>
13	Неакуратність-Акуратність	9,17	2,08	Середній
14	Без наполегливості-Наполегливість	8,8	2,52	Середній
15	Безвідповідальність-Відповідальність	9,88	2,28	Середній
16	Імпульсивність-Самоконтроль	8,66	2,30	Середній
17	Безтурботність-Передбачливість	8,17	2,30	Середній
<b>18</b>	<b>Імпульсивність-самоконтроль</b>	<b>44,71</b>	<b>5,73</b>	<b>Середній</b>
19	Безтурботність-Тривожність	8,35	2,26	Середній
20	Розслабленість-Напруженість	8,11	2,40	Середній
21	Емоційна комфортність-Депресивність	7,46	1,92	<b>Низький</b>
22	Самодостатність-Самокритики	8,11	1,99	Середній
23	Емоційна-Стабільність-Емоційна лабільність	8,02	2,14	Середній
<b>24</b>	<b>Емоційна стійкість-Емоційна нестійкість</b>	<b>40,06</b>	<b>6,20</b>	<b>Низький</b>
25	Консерватизм-Цікавість	10,51	2,56	Середній
26	Реалістичність-Допитливість	8,55	2,52	Середній
27	Без артистичності-Артистичність	9,82	2,07	Середній
28	Нечутливість-Сензитивність	8,97	2,00	Середній
29	Ригідність-Пластичність	9,20	2,06	Середній
<b>30</b>	<b>Практичність-Експресивність</b>	<b>47,06</b>	<b>6,43</b>	<b>Середній</b>

На табл. 3.1 можна побачити список встановлених шкал методики «Велика п'ятірка» їх середній прояв та варіативність середнього, а також рівень прояву, який характеризує особистості особливості досліджуваних підлітків.

За шкалою «Інтроверсія-Екстраверсія» було встановлено, що підліткам характерний 8,7 балів за субшкалами «Пасивність-Активність», 8,4 за субшкалами «Підпорядкованість-Домінування», 9,1 за субшкалою «Замкнутість-Товариськість», 10,6 балів за субшкалою «Уникнення вражень-пошук вражень», 9,8 балів за субшкалою «Уникнення уваги-Привернення уваги». За загальною шкалою «Інтроверсія-Екстраверсія» 47,8 балів. Спостерігається, що характерним для підлітків є середній рівень за всіма субшкалами, що свідчить про індивідуальність прояву певного спектру показника.

За шкалою «Відокремленість-Прихильність» підлітки мають середнє 48,2, за субшкалою «Байдужість-Теплота» 9,2 балів, за субшкалою «Суперництво-співробітництво» 9,3 балів, за «Підозрілість-Довірливість» 9,3 балів, за субшкалою «Нерозуміння-Розуміння» 9,6 балів, за субшкалою «Самоповага-Повага до інших» 10,9 балів. Всі шкали мають середній рівень прояву.

За шкалою «Імпульсивність-самоконтроль» 44,8, за субшкалою «Неакуратність-Акуратність» 9,2 балів, за субшкалою «Без наполегливості-Наполегливість» 8,8 балів, за субшкалою «Безвідповідальність-Відповідальність» 9,9 балів, за субшкалою «Імпульсивність-Самоконтроль» 8,7 балів, за субшкалою «Безтурботність-Передбачливість» 8,2 балів. Підліткам характерний середній прояв всіх показників.

За шкалою «Емоційна стійкість-Емоційна нестійкість» підлітки мають 40,06, що відповідає низькому рівню прояву. За субшкалою «Безтурботність-Тривожність» 8,4 балів, за субшкалою «Розслабленість-Напруженість» 8,1 балів, за субшкалою «Емоційна комфортність-Депресивність» 7,5, за субшкалою «Самодостатність-Самокритики» 8,1, за субшкалою «Емоційна-Стабільність-Емоційна лабільність» 8 балів. За всіма субшкалами підлітки мають середній рівень прояву, крім «Емоційна комфортність-Депресивність», де значення дещо нижче за середній рівень та відображає, що підліткам характерніше емоційна комфортність ніж депресивність. Також загальний результат за фактором, що свідчить про характернішу рису емоційної стійкості серед підлітків.

За шкалою «Практичність-Експресивність» підлітки мають 40 балів, що відповідає середній рівню, за субшкалою «Консерватизм-Цікавість» 10,5 балів, за субшкалою «Реалістичність-Допитливість» 8,6 балів, за субшкалою «Без артистичності-Артистичність» 9,8 балів, за субшкалою «Нечутливість-Сензитивність» 8,9 балів, за субшкалою «Ригідність-Пластичність» 9,2 балів. Всі змінні мають середній рівень прояву, що відображає індивідуальність прояву.

За результатами визначення особистісних характеристик цією методикою було встановлено, що майже за всіма змінними, крім «Емоційна стійкість-

Емоційна нестійкість» та «Емоційна комфортність-Депресивність», мають середній рівень прояву, що вказує на індивідуальність прояву даних особистісних рис. Результати за шкалами «Емоційна стійкість-Емоційна нестійкість» та «Емоційна комфортність-Депресивність» демонструють, що респондентам підліткового віку характерні дещо нижчі значення приближені до лівого полюсу показника.

Таблиця 3.2

### Психологічний профіль досліджуваних за іншими методиками

Методика	№	Шкала	Середнє значення	Стандартне відхилення	Рівень прояву
Методика Дембо-Рубінштейна	1	Домагання	71,57	10,34	Середній
	2	Самооцінка	69,06	21,37	Середній
Рівень суб'єктивного контролю	3	Екстернальність-Інтернальність	5,71	0,91	Інтернальність
	4	Сфера досягнень	6,22	2,07	Інтернальність
	5	Сфера невдач	4,57	1,95	Екстернальність
	6	Сімейні відносини	5,88	1,72	Інтернальність
	7	Ділові відносини	5,75	2,09	Інтернальність
	8	Особисті відносини	5,71	2,06	Інтернальність
	9	Здоров'я	6,13	2,26	Інтернальність
Шкала стресу PSS-10	10	Перенапруга	11,48	4,45	Середній
	11	Супротив стресу	9,44	3,34	Середній
	12	Шкала сприйнятого стресу	20,93	4,65	Середній

На табл. 3.2 представлені результати тестування підлітків за трьома методиками, а саме: «Методика Дембо-Рубінштейна», «Рівень суб'єктивного контролю», «Шкала стресу PSS-10».

За оцінюванням самооцінки, було визначення два показника «Домагання» та безпосередньо «Самооцінка». Досліджувані набрали 71,6 балів за шкалою «Домагання» та 69,1 балів за шкалою «Самооцінка». Отримані результати свідчат про середній рівень прояву, та можливий розмах значень від низької до високої самооцінки відповідно індивідуальним особливостям особистості кожного з респондентів.

За методикою «Рівень суб'єктивного контролю» можна було встановити інтернальність та екстернальність в різних сферах життя підлітків. Так, було встановлено, що «Сфера досягнень», «Сімейні відносини», «Ділові відносини», «Особисті відносини», «Здоров'я» відповідають рівню інтернальності, та відображають здебільшого внутрішнє пояснення цих сфер. Підліткам характерніше в більшості сферах орієнтуватися на себе та внутрішнє відчуття ситуації, винити себе. Попри все, «Сфера невдач» є показником ексетернального рівня, тобто детермінація подій є зовнішнім. За загальним показником підліткам характерніша інтернальність ніж екстернальність.

За методикою встановлення стресу можна було встановити рівень актуальної перенапруги, супротиву та сприйняття стресу. За шкалою «Перенапруга» підлітки набрали 11,5, за шкалою «Супротив стресу» 9,4 балів, за загальним показником сприйняття стресу 20,9 балів. Всі шкали мають середній рівень прояву та демонструють нормальний рівень перенапруги, доволі достатній рівень супротиву до стресу та його сприйняття.

Таблиця 3.3

### Психологічний профіль досліджуваних за шкалами анкетування

Методика	№	Шкала	Середнє значення	Стандартне відхилення
Анкетування	1	Скільки годин на день Ви користуєтесь інтернетом?	6,57	1,85
	2	Перегляд фільмів/серіалів	3,26	0,91
	3	Спілкування в соціальних мережах	4,24	0,71
	4	Читання книг	3,00	1,47
	5	Гра в онлайн-ігри	3,20	0,86
	6	Пошук інформації для навчання	3,26	1,00
	7	Перегляд відео на Ютубі	3,08	1,25
	8	Прослуховування музики	3,51	0,89
	9	Здійснення онлайн-покупок	2,62	1,13

На табл. 3.3 можна побачити результати самооцінки проведеного часу в мережі інтернет серед підлітків, а також оцінки діяльності за вподобанням. Так було встановлено, що підлітки в середньому проводять 6,6 (+1,8) годин на день з гаджетами. При цьому найпопулярніший вид діяльності є спілкування в

соціальних мережах (4,2 балів), а найменшу активність має здійснення онлайн-покупок (2,6 балів). Таким чином можна судити про провідні види діяльності підлітків в мережі інтернету.

### **3.2. Результати кореляційного аналізу особистісних характеристик з активністю використання соціальних мереж**

Головною метою даного підрозділу є представлення результатів кореляційного аналізу особистісних характеристик з активністю в соціальних мережах між собою, що допоможе встановити наявність статистично значимих взаємозв'язків між явищами. Таким чином у даному підрозділі представлені результати квадратних кореляційних матриць поділені на особистісні риси та інші особистісні показники зазначені раніше.

З огляду на потребу зменшення об'єму даних та зручному представленню кореляційних матриць, було вирішено відобразити в табличних даних парну кореляцію без повторень, тобто лише кореляції шкал методики зі змінними анкетування.

Даний підрозділ спрямований відповідно третій задачі дослідження, а саме встановити кореляційні зв'язки між індивідуальними особливостями та активністю в соцмережах. Наявність значимої кореляції між особистісними характеристиками та активністю в соцмережах дозволяє відхилити нульову гіпотезу про відсутність статистично значущих зв'язків та прийняти альтернативну про їх наявність.

Для всіх кореляційних матриць було вирішено винести лише значення значущості та самого критерію кореляції Спірмена. Всі кореляції крім показника значущості мають різну силу взаємовпливу, а також різну спрямованість впливу. Так можна визначити наступні норми представлені у науковій літературі математично-статистичної обробки: позначка напрямку «-» при оберненому зв'язку; позначка напрямку «+» при прямому; За силою від ,0 до 0,2 – незначний зв'язок; від ,2 до ,3 - слабкий зв'язок; від ,3 до ,5 - середній зв'язок; від ,5 до ,8 – сильний зв'язок; від ,8 та більше - дуже сильний кореляційний зв'язок.

**Кореляційна матриця шкал методики «Велика п'ятірка» та часу підлітка  
проведеного в інтернеті на день**

Змінні	«Скільки годин на день Ви користуєтесь інтернетом?»	
	Кореляція Спірмена	Значущість р
Пасивність-Активність	0,01	0,946
Підпорядкованість-Домінування	0,16	0,279
Замкнутість-Товариськість	0,02	0,893
Уникнення вражень-Пошук вражень	-0,22	0,131
Уникнення уваги-Привернення уваги	-0,01	0,929
<b>Інтроверсія-Екстраверсія</b>	<b>0,05</b>	<b>0,757</b>
Байдужість-Теплота	-0,21	0,166
Суперництво-Співробітництво	0,03	0,814
Підозрілість-Довірливість	-0,04	0,761
Нерозуміння-Розуміння	-0,07	0,631
Самоповага-Повага до інших	-0,41**	0,005
<b>Відокремленість-Прихильність</b>	<b>-0,31*</b>	<b>0,036</b>
Неакуратність-Акуратність	-0,13	0,382
Без наполегливості-Наполегливість	0,13	0,370
Безвідповідальність-Відповідальність	-0,23	0,127
Імпульсивність-Самоконтроль	0,05	0,711
Безтурботність-Передбачливість	0,29*	0,050
<b>Імпульсивність-самоконтроль</b>	<b>0,06</b>	<b>0,690</b>
Безтурботність-Тривожність	0,20	0,178
Розслабленість-Напруженість	0,41**	0,004
Емоційна комфортність-Депресивність	0,18	0,227
Самодостатність-Самокритики	-0,05	0,721
Емоційна-Стабільність-Емоційна лабільність	0,03	0,811
<b>Емоційна стійкість-Емоційна нестійкість</b>	<b>0,28</b>	<b>0,054</b>
Консерватизм-Цікавість	-0,06	0,655
Реалістичність-Допитливість	0,14	0,347
Без артистичності-Артистичність	0,04	,768
Нечутливість-Сензитивність	-0,32*	,028
Ригідність-Пластичність	0,01	,944
<b>Практичність-Експресивність</b>	<b>-0,05</b>	<b>,721</b>

Примітка- \* $p < 0,05$ ; \*\* $p < 0,01$ ; \*\*\* $p < 0,001$

На табл. 3.4 представлена кореляційна матриця шкал методики «Велика п'ятірка» та результатів самооцінки активності в соціальних мережах

підлітками. У ході обробки даних було встановлено наступні значущі взаємозв'язки з активністю в соцмережах ( $p < 0,05$ ): «Самоповага-Повага до інших», «Відокремленість-Прихильність», «Безтурботність-Передбачливість», «Розслабленість-Напруженість», «Нечутливість-Сензитивність».

За результатами можна бачити, що активність в соціальних мережах має прямий слабкий зв'язок з шкалою «Безтурботність-Передбачливість» 0,29, середній прямий з шкалою «Розслабленість-Напруженість» 0,41, обернений середній за силою взаємозв'язок з шкалами «Самоповага-Повага до інших» - 0,41, «Відокремленість-Прихильність» -0,31, «Нечутливість-Сензитивність» - 0,32.

Результати дають змогу стверджувати, що чим більше підлітки передбачливі, напружені, поважають інших, відокремлені та сенситивні, тим більша їх активність соціальних мережах.

Таблиця 3.5

**Кореляційна матриця шкал інших методик та часу підлітка проведеного в інтернеті на день**

Змінні	«Скільки годин на день Ви користуєтесь інтернетом?»	
	Кореляція Спірмена	Значущість p
Домагання	-0,51**	0,000
Самооцінка	-0,47**	0,001
Екстернальність-Інтернальність	-0,24	0,104
Сфера досягнень	-0,01	0,945
Сфера невдач	-0,02	0,870
Сімейні відносини	0,09	0,548
Ділові відносини	-0,15	0,305
Особисті відносини	-0,29*	0,050
Здоров'я	-0,22	0,137
Перенапруга	0,15	0,301
Супротив стресу	-0,16	0,294
Шкала сприйнятого стресу	0,03	0,814

Примітка- \* $p < 0,05$ ; \*\* $p < 0,01$ ; \*\*\* $p < 0,001$

На табл. 3.5 представлений кореляційну матрицю методик «Дослідження самооцінки», «Рівень суб'єктивного контролю», «Шкала стресу PSS-10» з

шкалою активності в соцмережах. Значущі взаємозв'язки спостерігаються за шкалою «Домагання», «Самооцінка» та «Особистісні відносини».

Встановлені наступні взаємозв'язки: обернений сильний зв'язок з шкалою «Домагання»  $-0,51$ , обернений середній взаємозв'язок з шкалою «Самооцінка», та обернений слабкий з шкалою «Особистісні відносини»  $-0,29$ .

Можна стверджувати, що при низькому рівню домагань, низькій самооцінці та екстернальності в особистих відносинах – рівень активності в соціальних мережах є високим.

### 3.3. Встановлені фактори активності підлітків в соціальних мережах

Даний підрозділ присвячений результатам регресійного аналізу формування моделі особистісних факторів впливу на високу активність підлітків в соціальних мережах. Даний підрозділ є рішенням завдання дослідження №4, а саме побудувати та проаналізувати прогностичну модель предикторів активності підлітків в соціальних мережах.

У даному підрозділі представлений результат регресійного аналізу, представлена прогностична модель. Модель представлена у вигляді вже готовою моделі після заходів моделювання та покращення найоптимальнішої моделі завдяки використанню відстані Мехалонобіса. У ході проведення заходів покращення не було видалені змінні через незначущий вплив на кінцевий результат. Завдяки представленню даної моделі визначається відхилення нульової гіпотези дослідження щодо відсутності впливу локусу контролю на показник життєстійкості та прийняття альтернативної щодо їх наявності.

У якості регресорів бралися шкали, які представляють загальний результат певних рисо особистості та інших особистісних показників зазначених в окремих методичних інструментах.

Таблиця 3.6

#### Модель факторів активності підлітків в соціальних мережах

Змінні які були включені	R	R-квадрат	Стандартна помилка	Дарбін-Уотсон	Anova
Шкала сприйнятого стресу, Сфера невдач, Сімейні відносини, Практичність-Експресивність, Імпульсивність-самоконтроль, Відокремленість-Прихильність, Особисті відносини, Сфера досягнень, Ділові відносини, Домагання, Інтроверсія-Екстраверсія, Самооцінка, Здоров'я, Супротив стресу, Емоційна стійкість-Емоційна нестійкість	,773	,598	1,44699	2,314	,007

На табл 3.6 можна побачити змінні, які входять до сформованої прогностичної моделі (регресори), коефіцієнт множинної кореляції

(взаємозв'язок змінних з побудованою моделю) та коефіцієнт множинної детермінації (пояснювальність змiну показника в залежності від впливу регресорів), критерій автокореляції Дарібна-Уотсона та показник однофакторного дисперсійного аналізу.

Можна казати, що до регресорів входять наступні змінні: «Шкала сприйнятого стресу», «Сфера невдач», «Сімейні відносини», «Практичність-Експресивність», «Імпульсивність-самоконтроль», «Відокремленість-Прихильність», «Особисті відносини», «Сфера досягнень», «Ділові відносини», «Домагання», «Інтроверсія-Екстраверсія», «Самооцінка», «Здоров'я», «Супротив стресу», «Емоційна стійкість-Емоційна нестійкість».

За критеріями якості побудованої моделі можна казати, що КМК має значення 0,773, тобто пряма сильна кореляція – є достатнім щоб прийняти доцільність аналізу даної моделі. КМД має значення 0,598, що є вище зазначеної в літературі норми в 0,5 та значить, що регресори пояснюють змiну активності в соціальних мережах майже на 60%. Показник Дарбіна-Уотсона повинен знаходитися у межах 1,75 до 2,50, що цьому випадку відповідає дійсності. Показник однофакторного дисперсійного аналізу свідчить про наявність статистично значущої узгодженості між обраними змінними та їх доцільність бути у якості регресора, значення є  $p < 0,05$ , що підтверджує доцільність.

**Коефіцієнти впливу на активність в соцмережах та перевірка моделі на колінеарність**

Елементи моделі	Коефіцієнт	Значущість р	Толерантність	VIF
(Константа)	32,251	0,000		
Інтроверсія- Екстраверсія	0,045	0,209	0,700	1,428
Відокремленість- Прихильність	-0,068	0,163	0,735	1,360
Імпульсивність- самоконтроль	-0,062	0,181	0,716	1,396
Емоційна стійкість- Емоційна нестійкість	-0,130	0,072	0,256	3,900
Практичність- Експресивність	-0,060	0,152	0,696	1,436
Домагання	-0,100	0,001	0,567	1,765
Самооцінка	-0,057	0,003	0,327	3,055
Сфера досягнень	-0,061	0,639	0,663	1,509
Сфера невдач	0,122	0,344	0,770	1,298
Сімейні відносини	-0,086	0,607	0,593	1,685
Ділові відносини	-0,024	0,851	0,697	1,434
Особисті відносини	-0,309	0,037	0,561	1,782
Здоров'я	0,193	0,175	0,485	2,062
Супротив стресу	-0,056	0,585	0,410	2,436
Шкала сприйнятого стресу	-0,055	0,437	0,450	2,221

За табл. 3.7 можна бачити нестандартизований коефіцієнт Бета-впливу, який визначає силу впливу кожного з регресорів на загальний результат (активність в соціальних мережах), показник значущості, який свідчить про важливість використання кожної зі змінних у якості регресорів, Толерантність та VIF є критеріями перевірки мультиколінеарності обраних змінних.

За критеріями перевірки якості можна казати, що всі обрані змінні є статистично значущими, а саме мають  $p < 0,05$ , всі змінні також мають значення показника Толерантність менше за 1, а VIF більше за 1, що свідчить про відсутність мультиколінеарних зв'язків. Аналіз коефіцієнту впливу представлений в табл. 3.8.

## Прогностична модель активності підлітка в соцмережах

Модель	Прогностична формула
Фактори активності підлітка в соціальних мережах	Константа: «Активність в соціальних мережах» Регресори: «Шкала сприйнятого стресу», «Сфера невдач», «Сімейні відносини», «Практичність-Експресивність», «Імпульсивність-самоконтроль», «Відокремленість-Прихильність», «Особисті відносини», «Сфера досягнень», «Ділові відносини», «Домагання», «Інтроверсія-Екстраверсія», «Самооцінка», «Здоров'я», «Супротив стресу», «Емоційна стійкість-Емоційна нестійкість».
	Константа = Регресор №1*коєф Регресор №3*коєф Регресор №4*коєф Регресор №5*коєф Регресор №6*коєф Регресор №7*коєф Регресор №8*коєф Регресор №9*коєф Регресор №10*коєф Регресор №11*коєф Регресор №12*коєф Регресор №13*коєф Регресор №14*коєф Регресор №15*коєф
	<i>«Активність в соціальних мережах» (32,251) = 0,045*«Шкала сприйнятого стресу» -0,068*«Сфера невдач» -0,062*«Сімейні відносини» -0,130*«Практичність-Експресивність» -0,060*«Імпульсивність-самоконтроль» -0,100*«Відокремленість-Прихильність» -0,057*«Особисті відносини» -0,061*«Сфера досягнень» +0,122«Ділові відносини» -0,086*«Домагання» -0,024*«Інтроверсія-Екстраверсія» -0,309*«Самооцінка» +0,193*«Здоров'я» -0,056*«Супротив стресу» -0,055*«Емоційна стійкість-Емоційна нестійкість»</i>
Рейтинг факторів за впливом	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Здоров'я</li> <li>2. Сфера невдач</li> <li>3. Інтроверсія-Екстраверсія</li> <li>4. Ділові відносини</li> <li>5. Шкала сприйнятого стресу</li> <li>6. Супротив стресу</li> <li>7. Практичність-Експресивність</li> <li>8. Самооцінка</li> <li>9. Сфера досягнень</li> <li>10. Імпульсивність-самоконтроль</li> <li>11. Відокремленість-Прихильність</li> <li>12. Сімейні відносини</li> <li>13. Домагання</li> <li>14. Емоційна стійкість-Емоційна нестійкість</li> <li>15. Особисті відносини</li> </ol>

За табл. 3.8 можна побачити регресійну формулу, яка визначає силу впливу регресорів на розвиток значення активності підлітків в соціальних мережах. Таким чином прогностична модель дає змогу вирахувати, як буде змінюватися значення активності в залежності від особистісних факторів.

У ході дослідження виявилось, що на активність в соціальних мережах найбільше позитивно впливає високий показник шкали «Здоров'я», низький показник «Сфера невдач» (екстеральне відношення до невдач), а найсильніші негативні регресори є низький показник «Емоційна стійкість-Емоційна нестійкість» та «Особистісні відносини» (екстеральне відношення до особистісних відносин).

## **Висновок до третього розділу**

Отже, в цьому розділі було проведено аналіз результатів емпіричного дослідження взаємозв'язку особистісних характеристик з активністю використання соціальних мереж.

Під час аналізу результатів було використано такі методи математично-статистичної обробки: описова статистика (аналіз мір центральних тенденцій, частотний аналіз, перевірка на нормальність розподілу, таблиці кростабуляції), кореляційний аналіз Спірмена, регресійний аналіз (КМК, КМД, критерій автокореляції Дарбіна-Уотсона, критерій надзвичайних спостережень Мехаланобіса, перевірка мультиколінеарних зв'язків Толерантність, VIF, аналіз нестандартизованого бета-критерію).

В ході аналізу було досягнуто поставлені математично-статистичні завдання дослідження.

## ВИСНОВКИ

Відповідно завданням поставленим перед дослідженням було встановлено наступне:

1. Теоретичний аналіз наукової літератури щодо особистісних особливостей підлітків дозволив встановити, що підлітки схильні до високого рівня колективізму та конформізму в референтній групі однолітків. Спілкування з однодумцями та участь у групах є важливим для соціалізації підлітків. Така поведінка також проявляється в соціальних мережах, де підлітки підтримують онлайн-зв'язки та відчувають почуття спільності. Особистісні риси підлітків є важливим у формуванні поведінкових реакцій та відповідно активності в соціальних мережах. Аналізуючи наукову літературу визначити сучасний стан дослідження самооцінки та взаємозв'язку з активністю у соціальних мережах. Ми виявили, що є взаємозв'язок більш високого рівня агресії у тих підлітків, що частіше користуються соціальними мережами. Також це підкріплюється одним із головних соціальних ризиків інтернет-середовища – кібербулінгом, що є доволі розповсюдженим явищем серед підлітків. Користувачі соціальних мереж відчувають анонімність, що надає підлітку відчуття безкарності за будь-які агресивні чи неприйнятні дії у соціальних мережах. Подекуди ви зустрічали висновки про соціальну підтримку та позитивне згуртування підлітків у соціальних мережах. Такі соціальні активності, навпаки, дають підлітку більше впевненості у собі та ресурсів для подолання складних життєвих ситуацій. Також, за даними деяких досліджень підлітки схильні до виникнення кіберзалежності, яка у подальшому спричиняє зниження інтересу до реального світу та корелює із нижчим рівнем самооцінки та депресії.

2. Встановлено, що підлітки мають низький рівень емоційного комфорту та емоційно не стійкі. Рівень домагань та самооцінки здебільшого є індивідуальним для кожного з респондентів. Більшість сфер життя у підлітків є інтернальними, хоча спостерігається тенденція екстернальності в сфері невдач. Показники, які відображають накоплення стресу, супротиву та прийняття його в

цілому також відображає індивідуальний прояв, що підтверджується середнім рівнем показнику.

3. Можна стверджувати, що при низькому рівню домагань, низькій самооцінці та екстернальності в особистих відносинах – рівень активності в соціальних мережах є високим. Також результати вказують, що чим більше підлітки передбачливі, напружені, поважають інших, відокремлені та сенситивні, тим більша їх активність соціальних мережах.

4. У ході проведеного регресійного аналізу було побудовано регресійну модель та встановлені особистісні фактори впливу на активність підлітків в соціальних мережах. Факторами впливу на активність в соцмережах є «Шкала сприйнятого стресу», «Сфера невдач», «Сімейні відносини», «Практичність-Експресивність», «Імпульсивність-самоконтроль», «Відокремленість-Прихильність», «Особисті відносини», «Сфера досягнень», «Ділові відносини», «Домагання», «Інтроверсія-Екстраверсія», «Самооцінка», «Здоров'я», «Супротив стресу», «Емоційна стійкість-Емоційна нестійкість».

## СПИСОК ВИКОРСИТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Скрипченко О.В. Вікова та педагогічна психологія: навч.посіб. для студ. вищ. навч. закл / О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук та інш. – 2-ге вид. – К: Каравела, 2007. – 400 с.
2. Райс Ф. Психологія підліткового та юнацького віку: навчальний посібник для студентів та аспірантів психологічних факультетів вузів / Ф. Райс; перекл. з англ. Н. Мальгіна. 2000. - 624 с.
3. Апішева А. Ш. Проблема конфліктних стосунків сучасних підлітків та юнаків з батьками / А. Ш. Апішева // Вісник НТУУ«КПІ». Філософія. Психологія. Педагогіка : збірник наукових праць. – 2012. – № 2(35). – С. 117- 125.
4. Адлер А. Понять природу человека. – СПб: «Академ. проект», 1997. – 265 с.
5. Higgins T. Self-discrepancy: A theory relating self and affect // Psychological Review. – 1987. – N 94. – P. 319-340.
6. Maccoby E.E. Developmental psychology // Annual Review of Psychology. – 1964. – N 15. – P. 203-205.
7. Maslow A.H. Neurosis as a failure of personal growth // Humanitas. – 1967. – N 3. – P. 153-170.
8. Юнг К.Г. Конфлікти дитячої душі/Пер з ним. - М.: Канон, 1994. – 336 с.
9. Тищенко С.П. Моральна самосвідомість та її розвиток у підлітків // Радянська школа. – 1972. – № 10. – С. 18-25.
10. Еріксон Е. Ідентичність: юність та криза / Пер. з англ. - М.: Прогрес, 1996. - 344 с.
11. Шихи Г. Вікові кризи. Щаблі особистісного зростання / Пер. з англ. - Ювента, 1999. - 436 с.
12. Mussen P.N., Conger J.J., Kagan J. Child development and personality. – N.Y., 1964. – 329 p.
13. У лабіринтах психології особистості: Світ психічних явищ / Авт.-упорядн.
14. О.В.Тимченко, В.Б.Шапар. – Х.: Прапор, 1997. – 414 с.

15. Piaget J. *Das moralische Urteil beim Kinde.* – Rascher, Zurich, 1954. – 362 s.
16. Тищенко С.П. Рефлексія як механізм розвитку структур самосвідомості в ранньому онтогенезі // *Психологія самосвідомості: історія, сучасний стан та перспектива дослідження.* – К.: Любіть Україну, 1999. – С. 84-86.
17. Татомир Л.А. Розвиток відповідальної поведінки у дітей підліткового і старшого шкільного віку: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. – К., 1998. – 180 с.
18. Rogers C.R. The role of self-understanding in the prediction of behaviour // *J. Consulting Psychol.* – 1948. – V. 12. – P. 174-186.
19. Скрипник Т.В. Поняття «самосвідомість» у контексті психічного розвитку особистості // *Психологія самосвідомості: історія, сучасний стан та перспективи дослідження* / За ред. С.Д.Максименка, М.Й.Боришевського. – К.: Любіть Україну, 1999. – С. 73-77.
20. Nesi J., Choukas-Bradley S., Prinstein M.J. Transformation of adolescent peer relations in the social media context. Part 1: Theoretical framework and application to dyadic peer relationships. *Clinical Child and Family Psychology Review.* 2018. Vol. 21. Iss. 3. Pp. 267–294. DOI: 10.1007/s10567-018-0261-x
21. Nesi J., Choukas-Bradley S., Prinstein M.J. Transformation of adolescent peer relations in the social media context: Part 2: Application to peer group processes and future directions for research. *Clinical Child and Family Psychology Review.* 2018. Vol. 21. Iss. 3. Pp. 295–319. DOI: 10.1007/s10567-018-0262-9.
22. Bergmann M.C., Baier D. Prevalence and correlates of cyberbullying perpetration. Findings from a German representative student survey. *Int. J. Environ Res Public.* 2018. Vol. 15. Iss. 7. P. 274. DOI: 10.3390/ijerph15020274.
23. Finne J., Roland E., Svartdal F. Relational rehabilitation: Reducing the harmful effects of bullying. *Nordic Studies in Education.* 2018. Vol. 38. Pp. 352–367. DOI: <https://doi.org/10.18261/issn.1891-2018-04-05>
24. Brighi A., Menin D., Skrzypiec G., Guarini A. Young, bullying, and connected. Common pathways to cyberbullying and problematic internet use

- in adolescence. *Frontiers in Psychology*. 2019. Vol. 10. P. 1467. DOI: 10.3389/fpsyg.2019.01467
25. Machimbarrena J.M. et al. Internet risks: An overview of victimization in cyberbullying, cyber dating abuse, sexting, online grooming and problematic Internet use. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2018. Vol. 15. Iss. 11. DOI: 10.3390/ijerph15112471.
26. Andreassen C.S., Billieux J., Griffiths M.D. et al. The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study. *Psychology of Addictive Behaviors*. 2016. Vol. 30. Iss. 2. Pp. 252–262. URL: <http://dx.doi.org/10.1037/adb0000160>
27. Hussain Z., Griffiths M.D. Problematic social networking site use and comorbid psychiatric disorders: A systematic review of recent large-scale studies. *Frontiers in Psychology*. 2018. Vol. 9. P. 686.
28. Li J.B., Mo P.K.H., Lau J.T.F. et al. Online social networking addiction and depression: The results from a large-scale prospective cohort study in Chinese adolescents. *Journal of Behavioral Addictions*. 2018. Vol. 7. Iss. 3. Pp. 686–696. DOI: 10.1556/2006.7.2018.69. URL: <https://akademai.com/doi/10.1556/2006.7.2018.69>
29. Brunborg G.S., Andreas J.B. Increase in time spent on social media is associated with modest increase in depression, conduct problems, and episodic heavy drinking. *Journal of Adolescence*. 2019. Vol. 74. Pp. 201–209. DOI: 10.1016/j.adolescence.2019.06.013
30. Miliano C., Margiani G., Fattore L., De Luca M.A. Sales and advertising channels of New Psychoactive Substances (NPS): Internet, Social Networks, and Smartphone Apps. *Brain Sciences*. 2018. Vol. 8. Iss. 7. Pp. 152–160. DOI: 10.3390/brainsci8070123.
31. Moyle L., Childs A., Coomber R., Barratt M.J. Drugs for sale: An exploration of the use of social media and encrypted messaging apps to supply and access drugs. *International Journal of Drug Policy*. 2019. Vol. 63. Pp. 101–110. DOI: 10.1016/j.drugpo.2018.08.005.

32. Kim S.J., Marsch L.A., Hancock J.T. et al. Scaling up research on drug abuse and addiction through social media big data. *Journal of medical Internet research*. 2017. Vol. 19. Iss. 10. DOI: 10.2196/jmir.642.
33. Memon A.M., Sharma S.G., Mohite S.S., Jain S. The role of online social networking on deliberate self-harm and suicidality in adolescents: A systematized review of literature. *Indian Journal of Psychiatry*. 2018. Vol. 60. Iss. 4. Pp. 384–392. DOI: 10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry\_414\_17.
34. Andreassen C.S., Billieux J., Griffiths M.D. et al. The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study. *Psychology of Addictive Behaviors*. 2016. Vol. 30. Iss. 2. Pp. 252–262. URL: <http://dx.doi.org/10.1037/adb0000160>
35. Bányai F., Zsila Á., Király O. et al. Problematic social media use: Results from a large-scale nationally representative adolescent sample. *PLoS ONE*. 2017. Vol. 12. Iss. 1. URL: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0169839>
36. Balatsoukas P., Kennedy C.M., Buchan I. et al. The role of social network technologies in online health promotion: A narrative review of theoretical and empirical factors influencing intervention effectiveness. *Journal of Medical Internet Research*. 2015. Vol. 17. Iss. 6. P. 141. DOI: 10.2196/jmir.3662
37. Eghdam A., Hamidi U., Bartfai A., Koch S. Facebook as communication support for persons with potential mild acquired cognitive impairment: A content and social network analysis study. *PLoS One*. 2018. Vol. 13. Iss. 1. URL: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0191878>
38. Кравець Р.Б., Пелещин А.М., Серов Ю.О. Дослідження поведінки учасників веб-спільнот та їх класифікація // Режим доступу: [http://vlp.com.ua/files/16\\_0.pdf](http://vlp.com.ua/files/16_0.pdf)
39. Лаврухіна О. І. Інтернет-залежність як проблема сучасності / О. І. Лаврухіна [Електронний ресурс] // Лаврухіна О. І. Інтернет-залежність як проблема сучасності. – Режим доступу: [www.rusnauka.com/10\\_DN\\_2012](http://www.rusnauka.com/10_DN_2012). – Заголовок з екрану.

- 40.Белінська О. Н. Сучасні дослідження віртуальної комунікації: проблеми, гіпотези, результати / О. Н. Белінська, А. М. Жичкина [Електронний ресурс] //Белінська О. Н., Жичкина А. М. Сучасні дослідження віртуальної комунікації: проблеми, гіпотези, результати..
- 41.Іванків І.І. Соціальні мережі як «поле» розвитку підлітка //Інтернетконференція «Віртуальний освітній простір: психологічні проблеми» Том. 4 – 2016.
- 42.Boyd. M. et al. Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication* (2007)
- 43.Hargittai E. Whose space? Differences among users and non-users of social network sites. *Journal of Computer-Mediated Communication* (2007)
- 44.Lin, N. (1999) Building a Network Theory of Social Capital. *Connections*, 22, 28-51. [http://www.insna.org/PDF/Connections/v22/1999\\_I-1-4.pdf](http://www.insna.org/PDF/Connections/v22/1999_I-1-4.pdf)
- 45.Nicole B. Ellison, Charles Steinfield, Cliff Lampe. The Benefits of Facebook “Friends:” Social Capital and College Students’ Use of Online Social Network Sites. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00367.x>
- 46.Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- 47.Brown, T. A. (2006). *Confirmatory Factor Analysis for Applied Research*. New York: The Guilford Press.
- 48.Connolly, V., Unwin, N., Sherriff, P., Bilous, R., & Kelly, W. (2000). Diabetes prevalence and socioeconomic status: a population based study showing increased prevalence of type 2 diabetes mellitus in deprived areas. *Journal of epidemiology and community health*, 54(3), 173–177. <https://doi.org/10.1136/jech.54.3.173>
- 49.Adler, Paul & Kwon, Seok Woo. (2002). Social Capital: Prospects for A New Concept. *Academy of Management Review*. 27. 17-40. [10.5465/AMR.2002.5922314](https://doi.org/10.5465/AMR.2002.5922314).
- 50.Putnam, Robert D. 2000. *Bowling Alone : The Collapse and Revival of American Community*. New York: Simon & Schuster.

51. Williams, D. (2006). Virtual cultivation: Online worlds, offline perceptions. *Journal of Communication*, 56(1), 69–87. doi:10.1111/j.1460-2466.2006.00004.x
52. Helliwell, J. F. and Putnam, R. D. (2004), 'The social context of well-being', *Philosophical Transactions of the Royal Society of London. Series B: Biological Sciences*, 359(1449): 1435–1446.
53. Abbasi, I. S. (2019). Social media addiction in romantic relationships: Does user's age influence vulnerability to social media infidelity?. *Personality and Individual Differences*, 139, 277-280.
54. Wang, K., Frison, E., Eggermont, S., & Vandebosch, L. (2018). Active public Facebook use and adolescents' feelings of loneliness: Evidence for a curvilinear relationship. *Journal of adolescence*, 67, 35-44
55. Drigas, A., Mitsea, E., & Skianis, C. (2022). Intermittent Oxygen Fasting and Digital Technologies: from Antistress and Hormones Regulation to Wellbeing, Bliss and Higher Mental States. *Technium BioChemMed*, 3(2), 55-73.
56. Paul Trapnell and Lisa Sinclair, Dept. of Psychology, The University of Winnipeg. Texting Frequency and The Moral Shallowing Hypothesis. <https://news.uwinnipeg.ca/wp-content/uploads/2013/04/texting-study.pdf>
57. Ehrenberg, A., Juckes, S., White, K. M., & Walsh, S. P. (2008). Personality and self-esteem as predictors of young people's technology use. *Cyberpsychology & behavior*, 11(6), 739-741.
58. Correa, T., Hinsley, A. W., & De Zuniga, H. G. (2010). Who interacts on the Web?: The intersection of users' personality and social media use. *Computers in human behavior*, 26(2), 247-253.
59. Ross, C., Orr, E. S., Sisic, M., Arseneault, J. M., Simmering, M. G., & Orr, R. R. (2009). Personality and motivations associated with Facebook use. *Computers in human behavior*, 25(2), 578-586.