

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Кафедра мовної та психолого-педагогічної підготовки

Допущено до захисту

Завідувач кафедри

д. психол. н. Ю.О. Асєєва

(підпис)

«____» _____ 2025 р.

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
на здобуття освітнього ступеня бакалавра**

Зі спеціальності 053 Психологія
(шифр та найменування спеціальності)

За освітньою програмою «Психологія»
(назва освітньої програми)

На тему: **«ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ФОРМУВАННЯ
АГРЕСИВНОСТІ ПІДЛІТКІВ»**

Виконавець:

здобувач 4 курсу 41 групи
факультету ФЕУП

Букур Марія Василівна
/підпис/

Науковий керівник

д. політ. наук, професор
кафедри МППП

Сіленко А.О.
/підпис/

Одеса 2025

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ФОРМУВАННЯ АГРЕСИВНОСТІ ПІДЛІТКІВ	7
1.1. Основні теоретико-методологічні підходи до дослідження впливу соціальних мереж на формування агресивності підлітків	7
1.2. Аналіз ступеня розробленості проблеми впливу соцмереж на формування агресивності підлітків	15
1.3. Понятійно-категоріальний апарат дослідження	20
Висновки до першого розділу	28
РОЗДІЛ 2. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ПІДЛІТКІВ	30
2.1. Соціально-психологічні чинники виникнення підліткової агресії в сучасному середовищі	30
2.2. Психологічні характеристики спілкування підлітків у соціальних мережах.....	39
2.3. Інтернет-залежність та засоби її профілактики серед підлітків.....	44
Висновки до другого розділу.....	49
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ФОРМУВАННЯ АГРЕСИВНОСТІ У ПІДЛІТКІВ	51
3.1. Обґрунтування обраних методик дослідження	51
3.2. Опис і аналіз результатів дослідження	56
Висновки до третього розділу	63
ВИСНОВКИ	65

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	67
ДОДАТКИ	77

ВСТУП

Актуальність дослідження. У контексті стрімкої цифровізації та глобалізації суспільного життя соціальні мережі перетворилися на невід’ємну частину повсякденного існування сучасної молоді, впливаючи не лише на їх комунікативні практики, а й на структуру особистості, емоційно-вольову сферу та поведінкові реакції. Особливої актуальності ця проблематика набуває у підлітковому віці — періоді активного формування ідентичності, ціннісних орієнтацій і моделей соціальної взаємодії. З огляду на поширення феномену кіберкомунікації та зростання часу, який підлітки проводять у віртуальному просторі, зростає занепокоєння наукової спільноти щодо можливого впливу інтенсивного споживання соціальних медіа на агресивну поведінку молодого покоління.

Проблема формування агресивності у підлітковому віці в умовах соціальних змін та цифрового середовища стала предметом активного міждисциплінарного аналізу у сфері психології, педагогіки, соціології та медіадосліджень. Науковий інтерес до вивчення агресії як феномена був започаткований у працях класиків психології ХХ століття, а нині знаходить своє продовження у прикладних дослідженнях, пов’язаних з новими формами соціальної взаємодії у цифровому просторі. Актуальність обраної теми зумовлена також необхідністю своєчасного виявлення негативних тенденцій у розвитку особистості підлітка, зокрема в умовах інформаційного перенасичення, інтернет-залежності, дезадаптивних моделей онлайн-комунікації та феномену кібербулінгу.

В умовах трансформації соціокультурного середовища в Україні, зумовленої як внутрішніми викликами, так і глобальними процесами, тема дослідження набуває особливого значення. Цифрова соціалізація відбувається в реаліях нестабільності, війни, інформаційної гібридизації та порушення традиційних механізмів соціального контролю. Тому вивчення впливу соціальних мереж на емоційно-поведінкову сферу підлітків, зокрема на

агресивність, є не лише науково важливим, але й соціально значущим завданням.

Подальші дослідження у цьому напрямі можуть бути зосереджені на вивченні медіапосередкованих механізмів соціального навчання агресивної поведінки, гендерних та культурних відмінностей у сприйнятті та трансляції агресії в цифровому середовищі, а також на розробці превентивних програм психологічного супроводу підлітків з підвищеним ризиком деструктивних проявів унаслідок цифрового перевантаження.

Об'єктом дослідження є агресивність підлітків як біопсихосоціальний феномен.

Предметом дослідження є особливості впливу соціальних мереж на рівень та прояви агресивності підлітків в контексті сучасності.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити вплив соціальних мереж на формування, рівень та прояви агресивності підлітків.

Досягнення поставленої мети передбачає виконання наступних **завдань**:

1. Проаналізувати основні теоретико-методологічні підходи до вивчення впливу соціальних мереж на формування агресивності в підлітковому віці.
2. Дослідити ступінь наукової розробленості проблеми впливу соціальних мереж на агресивну поведінку підлітків у сучасній вітчизняній та зарубіжній психології.
3. Уточнити зміст понятійно-категоріального апарату дослідження та розкрити основні терміни, що використовуються в роботі.
4. Розкрити соціально-психологічні чинники виникнення підліткової агресії та проаналізувати їх у контексті цифрової соціалізації.
5. Визначити психологічні особливості комунікативної поведінки підлітків у соціальних мережах і їх вплив на емоційно-поведінкову сферу.

6. Провести емпіричне дослідження взаємозв'язку між рівнем інтернет-залежності та агресивності у підлітків та здійснити кількісну інтерпретацію отриманих результатів.

Методи дослідження: - *теоретичні*: аналіз наукової літератури, присвяченої досліджуваній проблематиці, синтез, узагальнення, класифікація;
- *емпіричні*: анкетування, опитування (Авторська анкета; тест інтернет-залежності К. Янга; Опитувальник агресивності Басса-Дарки).

Гіпотеза дослідження: чим вищий рівень інтернет-залежності за результатами тесту Кімберлі Янг, тим вищим є рівень агресивності підлітка (за методикою Басса-Дарки).

Практична значущість дослідження полягає в тому, що його результати можуть бути використані у діяльності практичних психологів, педагогів, соціальних працівників та батьків з метою своєчасного виявлення деструктивних поведінкових тенденцій, зокрема агресивності, що формуються під впливом соціальних мереж. Запропонований діагностичний інструментарій може бути адаптований для скринінгових оцінок ризику інтернет-залежності та емоційно-поведінкової дезадаптації підлітків. Отримані емпіричні дані можуть слугувати основою для розробки превентивно-корекційних програм, спрямованих на формування навичок безпечного цифрового середовища, саморегуляції, критичного мислення та емоційної стійкості в підлітковому віці.

Структура та обсяг кваліфікаційної роботи. Структура кваліфікаційної роботи визначена метою та завданнями дослідження і складається із вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел. Основний зміст роботи викладено на 66 сторінках, список використаних джерел налічує 80 найменувань.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ФОРМУВАННЯ АГРЕСИВНОСТІ ПІДЛІТКІВ

1.1. Основні теоретико-методологічні підходи до дослідження впливу соціальних мереж на формування агресивності підлітків

В контексті сучасності проблематика впливу соціальних мереж на підлітків, зокрема на рівень агресивності останніх, набуває особливої актуальності. В рамках сучасних глобалізаційних процесів, стрімкого розвитку цифрових технологій і загальної мінливості світу та навколишнього середовища кількість користувачів мережі інтернет зростає. Особливої популярності та поширеності набувають соціальні мережі, як вид міжособистісної комунікації. Підлітки, як одна з найбільш вразливих соціально-демографічних груп, демонструють підвищену чутливість до контенту, який поширюється у соціальних мережах, що може сприяти формуванню як конструктивних, так і деструктивних моделей поведінки в досліджуваній групі. Значний обсяг інформаційного впливу, що здійснюється, вільний доступ до цифрового середовища, а також особливості соціальної взаємодії в рамках онлайн-простору створюють передумови для зміни поведінкових патернів, зокрема зростання рівня агресивності згаданої вікової групи.

В рамках окресленої проблематики цікавим є дослідження існуючих теорій масових комунікацій та журналістики. Аналіз останніх передбачає розгляд концепцій когнітивного дисонансу [19, с. 35], теорії спіралі мовчання [19, с. 67], теорії користі та задоволення [19, с. 42], теорії навчання та пізнання [19, с. 46], сучасних теорій журналістики [19, с.183] та багатьох інших. Зокрема, актуальним є вивчення та систематизація різноманітності поглядів дослідників щодо масової комунікації та журналістики.

Отже, системне дослідження зазначеної проблематики дозволить не лише виявити ключові чинники, що детермінують агресивну поведінку

підлітків у цифровому середовищі, а й розробити ефективні стратегії профілактики та корекції останньої.

Масові комунікації досліджуються в межах різноманітних теорій, концепцій і гіпотез, які відрізняються за статусом та сферою застосування залежно від наукового підходу. Найбільш розвиненою та емпірично насиченою є американська школа медіадосліджень, яка пропонує широкий спектр аналізу масових комунікацій [25, с. 60].

Одним із фундаментальних підходів до вивчення масової поведінки є концепція Г. Лебона, який визначає натовп як специфічний соціальний феномен, що змінює психологічні характеристики його учасників. Він стверджував, що індивіди, потрапляючи в масу, набувають колективної свідомості, яка кардинально змінює їхнє мислення, емоції та дії. «Найбільш вражаючий факт одухотвореного натовпу наступний: які б не були індивіди, що складають його [...], одного перетворення в натовп достатньо, аби в них витворився тип колективної душі» [30, с. 20]. Це явище Ле Бон порівнює з утворенням нового організму, що тимчасово формується з різноманітних елементів. Концепція маси, висунута Ле Бомом, знайшла подальший розвиток у психоаналітичних дослідженнях З. Фрейда, який наголошував на соціальній природі індивідуальної психіки: «У психічному житті людини завжди присутній «інший» [...], тому психологія особистості від початку є водночас психологією соціальною» [30, с. 79]. Він визначав ключові риси індивіда в складі маси, серед яких – послаблення свідомого контролю, домінування несвідомих імпульсів, навіюваність та імпульсивна поведінка: «Індивід перестає бути самим собою і перетворюється у безвольний автомат» [30, с. 79]. Фрейд також розглядав механізм ідентифікації як центральний фактор масової комунікації. Він вважав, що індивід у масі втрачає автономність, оскільки його психічні процеси регресують до архаїчних форм мислення, притаманних раннім стадіям розвитку людства. За його твердженням, цей процес особливо характерний для спонтанних масових утворень, тоді як у «високоорганізованих» групах регресія може бути стриманою. В якості

прикладів таких утворень Фройд аналізував структуру первісної орди та військової організації [30, с. 79].

Таким чином, роботи Г. Лебона та З. Фрейда заклали основу для дослідження масових явищ, виявивши їхню специфіку як з точки зору соціальної психології, так і психоаналізу.

Франкфуртська школа, заснована Ф. Вейлом у 1923 році при Інституті соціальних досліджень Франкфуртського університету, стала одним із ключових напрямів неомарксизму. До її представників належали М. Горкгаймер, Ф. Поллок, К. Грюнберг, Т. Адорно, Г. Маркузе, Е. Фромм, К. Ландавер, О. Кірхгаймер, Ю. Габермас. Вона сприяла формуванню поняття соціальної філософії та розширенню методологічних засад марксистської теорії шляхом подолання її догматичних обмежень. Після приходу до влади нацистів Інститут соціальних досліджень був змушений емігрувати та продовжував свою діяльність у Женеві, Лондоні, Парижі, а з 1936 року – у США. Одним із найбільш значущих досягнень Франкфуртської школи стало розроблення критичної теорії (М. Горкгаймер), яка акцентувала увагу на міждисциплінарному підході та політичній ангажованості аналізу соціальних процесів. Основною метою цього напрямку було викриття прихованих владних відносин у культурних феноменах. Серед інших ключових концепцій школи – теорії культурної гегемонії та авторитарної особистості. Після Другої світової війни, у 1950 році, Інститут повернувся до Німеччини. Представники Франкфуртської школи зосереджували увагу на загрозах, пов'язаних із концентрацією медіавласності та маніпулятивним потенціалом медіа як простору боротьби за владу. Відмінною рисою неомарксистських підходів до масових комунікацій є акцент на проблемі соціальної справедливості та її взаємозв'язку з механізмами масового впливу [25, с. 61-62].

Теорія когнітивного дисонансу, запропонована американським психологом Л. Фестінгером у 1957 році, є однією з ключових у поясненні механізмів узгодження внутрішніх переконань та зовнішньої поведінки індивіда. Основний її принцип полягає в тому, що суперечливі когнітивні

елементи (переконання, знання, ставлення) спричиняють психологічний дискомфорт (дисонанс), який індивід намагається зменшити шляхом зміни поведінки, модифікації переконань або вибіркового сприйняття інформації. Фестінгер сформулював кілька закономірностей, що визначають природу когнітивного дисонансу: [19, с. 35-37]

1. Дисонанс виникає внаслідок логічної несумісності переконань, культурних норм, суперечливості між загальною світоглядною позицією та конкретними установками або через попередній досвід, що не узгоджується з новою інформацією.
2. Індивід прагне мінімізувати дисонанс, уникаючи інформації, яка його посилює, або змінюючи власні когнітивні структури.
3. Інтенсивність дисонансу пропорційна значущості суперечливих когнітивних елементів і рівню їхньої взаємозалежності.

Фестінгер також розглядав когнітивний дисонанс у контексті прийняття рішень. Після здійснення вибору людина відчуває напругу, оскільки альтернативний варіант залишається нереалізованим, що може викликати сумніви у правильності прийнятого рішення. Для зниження дисонансу індивід прагне підтвердити власний вибір шляхом раціоналізації та зміни ставлення до відкинутої альтернативи. Особливий інтерес становить феномен вимушеної згоди, коли індивід змушений діяти всупереч власним переконанням під впливом зовнішнього тиску (погрози покарання або обіцянки винагороди). Дослідження Фестінгера показали, що значний зовнішній тиск зменшує дисонанс, оскільки виправдовує вимушену поведінку, тоді як мінімальний тиск сприяє зміні внутрішніх переконань для усунення суперечності. У сфері масової комунікації когнітивний дисонанс відіграє ключову роль у сприйнятті медіаінформації. Індивіди схильні обирати джерела, що підтверджують їхні наявні переконання (ефект селективного сприйняття), уникаючи контенту, що може викликати дисонанс. Це узгоджується з концепціями інформаційного конформізму С. Аша та теорією статус-кво П. Лазарсфельда і Р. Мертона, які

розглядають медіа як інструмент збереження панівних соціальних норм і формування узгоджених світоглядних позицій [19, с. 35-42].

Таким чином, теорія когнітивного дисонансу є фундаментальною для розуміння механізмів регуляції ставлень і поведінки, зокрема в контексті масових комунікацій, прийняття рішень та соціального впливу.

Теорія користі та задоволення (Uses and Gratifications Theory), сформульована у середині XX століття (Г. Герцог, В. Шрамм, Е. Кац), пояснює механізми звернення аудиторії до мас-медіа з позицій задоволення індивідуальних потреб. Вона ґрунтується на припущенні, що реципієнти є активними суб'єктами комунікації, які усвідомлено обирають медіа-контент залежно від його здатності задовольняти їхні інформаційні, емоційні та соціальні потреби. Згідно з цією концепцією, мотивація звернення до медіа пов'язана з базовими потребами (А. Маслоу) та когнітивно-поведінковими механізмами вибору інформації. Д. МакКвейл виділяє чотири ключові категорії потреб: [19, с. 42-45]

1. Інформаційні (отримання знань, орієнтація в середовищі, підвищення рівня безпеки через доступ до новин);
2. Особистісна ідентифікація (пошук моделей поведінки, самопізнання, підтвердження особистих цінностей);
3. Соціальна інтеграція (підтримка соціальних зв'язків, ототожнення з референтними групами, розширення комунікативних можливостей);
4. Розважальні (зняття напруги, емоційна розрядка, заповнення вільного часу).

В. Шрамм запропонував модель вибору медіа-контенту на основі співвідношення очікуваної користі та витрат зусиль на її отримання. Він також розрізняв безпосередні (емоційне задоволення від розважального контенту) та опосередковані (нагромадження знань, корисних для майбутнього) винагороди від споживання медіа. Критики теорії, зокрема В. Донсбах, зауважували, що аудиторія не завжди раціонально оцінює власні потреби та вибір медіа-продукту, а дослідження Д. Зілманна і Дж. Браєнта вказують на

роль неусвідомлених мотивів у медіаспоживанні. Теорія також має спільні риси з концепціями когнітивного балансу (Ф. Хайдер), когнітивного дисонансу (Л. Фестінгер) та управління враженням (Е. Гофман). Близькими до теорії користі та задоволення є підходи, що розглядають медіа як засіб соціальної компенсації та психологічної гри (У. Стефенсон), а також концепція медіазалежності, яка акцентує увагу на впливі медіа як фактора контролю та конструювання соціальної реальності [19, с. 42-45].

Таким чином, теорія користі та задоволення розглядає мас-медіа не лише як інструмент інформаційного впливу, а й як механізм регуляції соціальної поведінки та особистісного самовираження.

Проаналізовані в рамках підрозділу теорії масових комунікацій не є вичерпними, оскільки існує велика кількість концепцій, що пояснюють механізми інформаційного впливу, формування колективної свідомості та соціальної взаємодії в цифровому просторі. Водночас розглянуті підходи дозволяють виокремити ключові закономірності, які є важливими для дослідження впливу соціальних мереж на поведінку індивідів, зокрема підлітків.

Зокрема, концепція Г. Лебона та психоаналітичні погляди З. Фрейда демонструють, що масова взаємодія може знижувати критичне мислення, посилювати навіюваність та провокувати імпульсивні реакції. Теорія когнітивного дисонансу Л. Фестінгера пояснює механізм зміни переконань під впливом домінантних групових норм, що може сприяти формуванню та закріпленню агресивних моделей поведінки в онлайн-середовищі. Водночас теорія користі та задоволення вказує на активну роль реципієнтів у виборі медіа-контенту, що актуалізує проблему доступності деструктивної інформації та її впливу на соціалізацію молоді.

Феномен впливу соціальних мереж на поведінку підлітків, зокрема на рівень їхньої агресивності, досліджується в межах різних наукових підходів. Аналіз наукової літератури, присвяченої досліджуваній проблематиці, свідчить, що найбільш поширеними є когнітивно-біхевіористичний,

соціально-когнітивний, нейропсихологічний та екологічний підходи до вивчення цього питання [43;44;52;66]. Дослідження описаних вище концепцій та їх порівняльний аналіз відкривають перспективу більш глибокого та ґрунтового розуміння окресленої проблематики. З огляду на це, пропонуємо проаналізувати більш детально існуючі підходи та погляди.

Когнітивно-біхевіористичний напрям ґрунтується на дослідженнях Л. Берковіца [72], які стверджують, що експозиція до агресивного контенту може активізувати відповідні поведінкові патерни. Соціальні мережі, будучи середовищем, насиченим візуальною, текстовою та інтерактивною інформацією, сприяють формуванню моделей поведінки через механізм спостережного навчання [72, с. 217]. Підлітки, які регулярно стикаються з насильницьким контентом, включаючи сцени агресії, мову ворожнечі та прояви кібербулінгу, можуть поступово сприймати таку поведінку як соціально прийнятну, що підтверджено дослідженнями К. А. Андерсона та Б. Дж. Бушмана [71, с. 357-358].

Згідно з моделлю збудження-фрустрації Л. Берковіца, агресивні стимули в онлайн-просторі можуть знижувати рівень когнітивного контролю та сприяти імпульсивним діям. Особливо це актуально для підлітків, у яких ще не завершене формування префронтальної кори головного мозку, що відповідає за самоконтроль та критичне мислення [72, с. 45].

Значний внесок у розуміння впливу соціальних мереж на агресію зробили дослідження в межах соціально-когнітивної теорії. Відповідно до цього підходу, особистість формується у взаємодії між когнітивними процесами та середовищем. Важливу роль відіграє механізм морального відсторонення, коли підлітки у віртуальному середовищі сприймають агресивну поведінку менш осудливою, ніж у реальному житті [39, с. 236].

До того ж, соціальні мережі надають змогу конструювати цифрову ідентичність, що може включати елементи агресивної самопрезентації. Згідно з дослідженнями J. Valkenburg та P. Peter, підлітки схильні використовувати онлайн-середовище для експериментів із власною поведінкою, що у випадку

низького соціального контролю може сприяти розвитку агресивних моделей взаємодії [79].

Нейропсихологічні дослідження демонструють, що тривале перебування у середовищі з високим рівнем агресії в соцмережах впливає на рівень кортизолу та дофаміну, що корелює зі зниженим рівнем емпатії та підвищеною імпульсивністю. Вплив алгоритмів персоналізації контенту, які створюють «інформаційні бульбашки», може сприяти посиленню радикалізації поглядів і послабленню когнітивної гнучкості [62, с. 409].

У контексті впливу цифрового середовища доцільно розглядати екологічну модель розвитку особистості, згідно з якою соціальні мережі виступають мезосистемою, що інтегрує взаємодію сім'ї, школи та однолітків. Відсутність ефективного контролю за поведінкою підлітків у цифровому просторі, низький рівень медіаграмотності та соціальна ізоляція можуть створювати умови для закріплення агресивних установок [37, с. 126].

Отже, на основі описаного вище, можемо зробити висновок, що аналіз наукових підходів до вивчення впливу соціальних мереж на формування агресивної поведінки підлітків свідчить про багатовимірність досліджуваного феномену. Когнітивно-біхевіористична модель акцентує увагу на ролі спостережного навчання, соціально-когнітивний підхід пояснює механізм морального відсторонення, нейропсихологічна теорія зосереджується на біохімічних змінах, а екологічна модель враховує вплив соціального контексту.

На нашу думку, комплексне дослідження цієї проблеми вимагає міждисциплінарного підходу, що інтегрує психологічні, нейронаукові та соціологічні аспекти. Описані вище теоретичні моделі дають підстави вважати, що вплив соціальних мереж на агресивну поведінку підлітків значною мірою визначається індивідуальними когнітивними особливостями, характеристиками медіаконтенту та соціальним середовищем. Подальший аналіз емпіричних досліджень у цій сфері дозволить уточнити рівень доказовості кожного з існуючих сьогодні підходів.

Загалом, розглянуті теоретичні засади підтверджують, що соціальні мережі, як специфічне середовище масової комунікації, можуть слугувати як засобом соціальної інтеграції, так і фактором, що сприяє поширенню агресивної поведінки серед підлітків. Ця проблематика потребує подальшого детального аналізу, який буде здійснено в межах наступного підрозділу.

1.2. Аналіз ступеня розробленості проблеми впливу соцмереж на формування агресивності підлітків

Проблема впливу соціальних мереж на рівень агресивності підлітків є актуальною темою сучасних наукових досліджень у сфері психології, соціології та педагогіки. Аналіз наукової літератури свідчить про те, що дана проблема вже має певний рівень емпіричного та теоретичного опрацювання.

До кола дослідників, які вивчали психологічні аспекти інтернет-залежності, цифрової поведінки та агресивності, належать такі українські науковці, як Ю. О. Асєєва [2], М. А. Ванда [8], М. Гостудим [13], Л. П. Журавльова, О. В. Камінська [17], Ю. Ільчук [20], О. Камінська [21;22;23], О. М. Кокун, В. М. Мороз, І. О. Пішко, Н. С. Лозінська [28], Я. Ю. Олефір [42], А. Рубан [52], Г. В. Чайка [64], Я. В. Шугайло [68]. Серед зарубіжних учених вагомий внесок у дослідження деструктивних ефектів соціальних мереж зробили С. А. Anderson, В. J. Bushman [71], S. M. Coyne, D. A. Nelson, N. Graham-Kevan, E. Keister, D. M. Grant [73]. Ці науковці аналізували як структурні характеристики інтернет-залежності, так і вплив новітніх інформаційно-комунікаційних технологій на поведінкові патерни молоді, включаючи формування агресивних реакцій.

Значний внесок у вивчення феномену Інтернет- та соціальної залежності, яка може опосередковано впливати на рівень агресії підлітків, зроблено в дисертаційному дослідженні Ю. О. Асєєва, де розглянуто питання кіберзалежності та її психологічних наслідків [2]. У межах цього дослідження виявлено, що надмірне використання соціальних мереж корелює зі збільшенням рівня імпульсивності, дезадаптації та емоційної нестабільності у

підлітків, що може виступати передумовою агресивної поведінки [2, с. 225]. Інші дисертаційні роботи, в тому числі дисертація Г. В. Чайки, також присвячені суміжним питанням, зокрема психологічним особливостям Я-концепції комп'ютерогравців, що є важливим чинником соціальної взаємодії та може бути потенційним джерелом конфліктних ситуацій, які призводять до агресії [64].

У сучасних наукових дослідженнях акцентується увага на зв'язку між агресією підлітків та активним використанням соціальних мереж. Наприклад, у статті А. В. Рубана розглядається вплив соціальних медіа на формування ідентичності підлітків та молоді, підкреслюється, що соціальні платформи можуть сприяти як позитивному, так і негативному розвитку особистості, зокрема підвищенню рівня агресивності через механізми соціального порівняння, кібертравлі та інформаційної перенасиченості [52, с. 217-218].

Також у дослідженні В. О. Приходька аналізуються соціально-психологічні чинники агресивної поведінки підлітків, зокрема ті, що зумовлені їхньою взаємодією у цифровому просторі [49]. Автор доходить висновку, що підлітки, які часто стикаються з агресивним контентом у соціальних мережах, демонструють вищий рівень толерантності до насильницьких дій та частіше беруть участь у конфліктах.

Аналогічні результати представлені у праці С. М. Белякової, де йдеться про соціально-психологічні особливості розвитку особистості підлітка у контексті цифрової взаємодії. У дослідженні визначено, що емоційна нестабільність та недостатня розвиненість механізмів саморегуляції у підлітків підвищують ризик неконтрольованої агресії, що може бути спричинене активним використанням соціальних мереж [6, с. 457-458].

Проблема впливу соціальних мереж на агресію підлітків розглядається і в міжнародних дослідженнях. Наприклад, у роботі S. M. Coyne та співавторів досліджується соціальна агресія у популярних медіапрограмах для підлітків, підкреслюється вплив споживання агресивного контенту на формування відповідної поведінки [73, с. 419]. Дослідження Hinduja & Patchin демонструє

зв'язок між кібербулінгом у соціальних мережах та зростанням рівня агресії у підлітковому середовищі, що є одним із важливих аспектів даної проблематики [75, с. 220].

Отже, аналіз наукових джерел свідчить про наявність значної кількості досліджень, присвячених проблемі впливу соціальних мереж на агресивність підлітків. Дисертаційні роботи, монографії та наукові статті підтверджують, що соціальні мережі можуть виступати як середовищем соціалізації, так і тригером агресивної поведінки. Подальші дослідження можуть бути спрямовані на глибше вивчення механізмів впливу соціальних мереж на психологічний стан підлітків, а також на розробку превентивних заходів для мінімізації їхнього негативного впливу.

Останні десятиліття позначені значним зростанням кількості емпіричних досліджень, спрямованих на аналіз впливу соціальних мереж на рівень агресивності підлітків. Використовуючи експериментальні, кореляційні та лонгітюдні методи, дослідники виявляють як прямий, так і опосередкований зв'язок між активністю підлітків у соціальних мережах та їх агресивною поведінкою.

Крім того, варто зазначити, що на основі аналізу наукової літератури ми дійшли висновку, що найбільш вагомі емпіричні дослідження окресленої проблематики описані в рамках зарубіжних наукових праць. В Україні, хоча досліджувана тема привертає увагу вітчизняних науковців, все ж таки залишається не в повній мірі висвітленою, що актуалізує важливість подальших наукових пошуків.

Одним із ключових напрямів емпіричних досліджень є встановлення кореляційного зв'язку між використанням соціальних мереж і агресивною поведінкою. Так, у масштабному дослідженні Twenge et al., що охоплювало понад 500 000 підлітків у США, було виявлено, що підлітки, які проводять у соціальних мережах понад три години на день, мають значно вищий рівень емоційної дестабілізації та агресивних реакцій [78, с. 281-282]. Аналогічні результати були отримані в роботі Przybylski та Weinstein, які проаналізували

дані понад 120 000 респондентів і встановили, що тривале використання соціальних мереж корелює з підвищеною імпульсивністю та проявами вербальної агресії [77, с. 277].

В Україні подібні дослідження також привертають увагу науковців. Емпіричне дослідження, проведене Н. Вітюк, засвідчило, що майже половина школярів, які активно користуються мобільним зв'язком та Інтернетом, принаймні один раз зазнавали кібербулінгу. Найбільш поширеним середовищем для віртуальної агресії є соціальні мережі, що пояснюється їхньою інтерактивністю, широким доступом до комунікації та відносною анонімністю користувачів. Отримані результати також вказують на високий рівень комбінації різних форм кібербулінгу між собою, а також їхній зв'язок із традиційним булінгом. Це свідчить про те, що агресія в цифровому просторі не є ізольованим явищем, а інтегрується в загальну систему міжособистісних взаємин школярів. Встановлено, що кібернасильство має реальні психологічні наслідки та може негативно впливати на емоційний стан, самооцінку та соціалізацію дитини, створюючи серйозні ризики для її особистісного розвитку та безпечного освітнього середовища. На думку дослідниці, тенденція до зростання випадків кібербулінгу серед школярів є закономірною. Це пояснюється зростаючим впливом медіасоціалізації, підвищеною експозицією до агресивного цифрового контенту, технологічним прогресом і бажанням підлітків експериментувати з власними комунікативними можливостями у сфері віртуальної взаємодії [9, с. 137].

На відміну від кореляційних досліджень, які лише виявляють зв'язок між змінними, експериментальні підходи дозволяють оцінити причинно-наслідкові зв'язки. Дослідження Coyne et al. демонструє, що експозиція підлітків до контенту із сценами вербальної агресії в соціальних мережах протягом 30 днів призводила до збільшення рівня агресивної поведінки в реальному житті. У контрольній групі, яка взаємодіяла з нейтральним контентом, подібні зміни не спостерігалися [73, с. 425].

Інший експеримент, проведений Engelhardt et al., застосовував методику вимірювання електрофізіологічної активності мозку (ERP) для оцінки реакцій підлітків на агресивний контент у соцмережах. Було виявлено, що часте зіткнення з агресивними стимулами призводить до зниження рівня афективного реагування, що свідчить про процес десенсибілізації [74, с. 1035]. Ці результати узгоджуються з класичною теорією десенсибілізації Берквіца [72], згідно з якою постійний контакт із насильницьким контентом сприяє зниженню чутливості до агресії та підвищенню її прийнятності.

Довгостроковий вплив соціальних мереж на агресивність підлітків було досліджено в лонгітюдному аналізі Lemmens et al., який тривав три роки і включав понад 2000 підлітків. Автори дійшли висновку, що високий рівень споживання агресивного контенту в соціальних мережах у ранньому підлітковому віці є предиктором підвищеної агресивності в старшому віці [76, с. 93]. Подібні висновки були зроблені в роботі Willoughby et al., де спостерігалася кумулятивна дія агресивного контенту: чим триваліше підліток взаємодівав з агресивною інформацією, тим вираженішими ставали його агресивні установки [80, с. 1055-1056].

Аналіз емпіричних досліджень свідчить про існування статистично значущого зв'язку між використанням соціальних мереж і рівнем агресивності підлітків. Кореляційні дослідження вказують на зростання рівня вербальної та фізичної агресії серед підлітків, які активно взаємодіють із соціальними мережами. Експериментальні дослідження підтверджують причинно-наслідковий характер цього зв'язку, демонструючи ефект соціального навчання та десенсибілізації. Лонгітюдні аналізи свідчать про довгострокові наслідки споживання агресивного контенту, що впливають на формування особистісних характеристик підлітків.

Ми вважаємо, що результати цих досліджень дають підстави для подальшого вивчення механізмів, що лежать в основі цього впливу, зокрема, ролі когнітивних і нейропсихологічних чинників. У наступних підрозділах

буде детальніше розглянуто специфічні фактори соціальних мереж, що можуть модулювати рівень агресивності серед підлітків.

Таким чином, соціальні мережі є не лише платформою для комунікації, а й середовищем, яке формує поведінкові моделі підлітків, зокрема їхню схильність до агресії.

Отже, аналіз наукових досліджень свідчить, що, попри значний масив емпіричних даних щодо впливу соціальних мереж на агресивність підлітків, низка аспектів залишається недостатньо вивченою. Зокрема, потребує подальшого аналізу механізм довгострокового впливу агресивного контенту в соціальних мережах на формування особистісних рис та соціальних установок підлітків. Більшість досліджень зосереджені на кореляційних зв'язках, тоді як експериментальні й лонгітюдні дослідження, що дозволили б визначити причинно-наслідкові відносини, є відносно рідкісними.

Також малодослідженими залишаються індивідуальні чинники, що модулюють вплив цифрового середовища на підлітків, зокрема когнітивні стилі, рівень емпатії та особистісні риси. Недостатньо уваги приділено й культурним особливостям: більшість досліджень базуються на західних вибірках, тоді як вплив соціальних мереж у різних соціокультурних контекстах може відрізнятися.

Перспективними напрямками подальших наукових розвідок є міждисциплінарний підхід, що інтегрує методи психології, нейронауки, соціології та медіадосліджень. Важливим є розроблення ефективних програм цифрової освіти, що сприятимуть формуванню критичного мислення та навичок безпечної онлайн-взаємодії серед підлітків. Ми вважаємо, що подальші дослідження мають також фокусуватися на розробці стратегій профілактики агресивної поведінки, що враховують як індивідуальні, так і середовищні чинники.

1.3. Понятійно-категоріальний апарат дослідження

З метою підвищення ефективності дослідження важливо уточнити понятійно-категоріальний апарат. Зокрема, зміст таких термінів, як соціальні мережі, агресивність та кібербулінг, а також взаємозв'язок окреслених понять та характеристики підліткового віку.

Поняття «соціальні мережі» є міждисциплінарним і досліджується у межах соціології, комунікативістики, психології та інформатики. Вперше термін «social network» був запропонований соціологом Дж. Барнсом у 1954 році для позначення сукупності соціальних зв'язків між індивідами, які не обов'язково належать до однієї групи чи спільноти [65, с. 126]. Згодом цей термін отримав розвиток у дослідженнях соціальної взаємодії та був адаптований до контексту цифрових комунікацій.

О. М. Косюк визначає соціальні мережі як особливий тип масової комунікації, що поєднує особистісне та публічне спілкування, створюючи нову форму соціальної взаємодії, у якій інформація поширюється не лише традиційними медіа, а й безпосередньо користувачами [29, с. 235]. Згідно з дослідженням Т. Длугопольської, соціальні мережі являють собою веб-середовище, у якому користувачі можуть створювати персоналізовані профілі, обмінюватися контентом та взаємодіяти один з одним за допомогою текстових, візуальних і аудіальних повідомлень [16, с. 168]. Вітчизняні дослідники, такі як А. Е. Яворський, підкреслюють, що соціальні мережі є не лише засобом комунікації, а й соціально-психологічним феноменом, що впливає на міжособистісні стосунки, самоідентифікацію та поведінкові моделі індивідів [70, с. 95]. За визначенням С. Чалабієвої, соціальні мережі можна трактувати як особливий вид електронних засобів масової інформації, що поєднує в собі функції традиційних медіа та інтерактивних комунікаційних платформ, забезпечуючи як індивідуальну, так і масову взаємодію [65, с. 128].

Отже, аналіз наукових підходів до визначення соціальних мереж свідчить про багатогранність цього поняття. Спочатку воно мало соціологічне значення, однак із розвитком цифрових технологій набуло ширшого трактування в межах комунікативістики та психології. Узагальнюючи

наведені визначення, нами було зроблено спробу сформулювати власне визначення досліджуваного поняття. Таким чином, соціальні мережі – це інтерактивні онлайн-платформи, які забезпечують користувачам можливість створення, обміну та споживання інформації, формуючи нові моделі соціальної взаємодії.

Соціальні мережі характеризуються такими базовими елементами: [1, с. 206]

- Користувачі (індивіди та групи) – основні суб'єкти взаємодії.
- Соціальні зв'язки (мережеві взаємини) – форми взаємодії між користувачами (дружба, підписки, групові об'єднання).
- Контент (інформаційні об'єкти) – тексти, зображення, відео, коментарі, що створюються та поширюються користувачами.
- Алгоритмічні механізми – програмні алгоритми, що визначають персоналізацію контенту та інтенсивність взаємодії.

Функціонально соціальні мережі виконують низку ключових завдань: комунікаційну (створення та підтримка соціальних зв'язків), інформаційну (доступ до новинного та освітнього контенту), розважальну та ідентифікаційну (формування цифрової особистості) [1, с. 206].

У психологічному контексті соціальні мережі класифікують за кількома параметрами: [16]

За типом взаємодії:

- Експліцитні (Facebook, Instagram) – ґрунтуються на активній комунікації між користувачами.
- Імпліцитні (YouTube, TikTok) – зосереджені на пасивному споживанні контенту.

За домінуючою функцією:

- Соціальні мережі широкого профілю (Facebook, Twitter) – орієнтовані на багатофункціональну комунікацію.
- Професійні (LinkedIn) – спрямовані на кар'єрну взаємодію.

- Контент-орієнтовані (YouTube, TikTok) – побудовані на алгоритмічному розповсюдженні відео- та фотоінформації.

За ступенем відкритості:

- Закриті (локальні) – обмежені доступом до інформації (корпоративні мережі).
- Відкриті – загальнодоступні та масштабні (Facebook, Twitter).

У контексті психологічного впливу соціальні мережі відіграють значну роль у формуванні соціальної ідентичності підлітків, впливають на їхню самооцінку та поведінкові стратегії [52, с. 219]. Особливу увагу дослідників привертає вплив алгоритмів на формування когнітивних установок, зокрема схильність до агресивної поведінки через механізм «інформаційних бульбашок» [44, с. 228].

Аналіз літератури свідчить, що соціальні мережі є складними інформаційно-комунікаційними середовищами, які виконують широкий спектр функцій. Вони мають потенціал як для конструктивного розвитку особистості, так і для посилення негативних поведінкових тенденцій, зокрема агресивності. Ми вважаємо, що подальші дослідження мають бути спрямовані на глибший аналіз взаємозв'язку між структурними особливостями соціальних мереж і їхнім впливом на психологічний розвиток підлітків.

Поняття «агресивність» має складну, багатовимірну природу та розглядається в межах різних наукових підходів. У психологічній науці агресивність традиційно визначається як стійка особистісна риса або тимчасовий стан, що проявляється у схильності до агресивної поведінки, спрямованої на заподіяння шкоди іншому об'єкту або суб'єкту.

Науковці по-різному трактують агресивність залежно від дослідницької парадигми. Так, Л. Берковіц визначає агресивність як будь-яку форму поведінки, яка має на меті завдати шкоди іншій людині, якщо вона мотивована уникненням цієї шкоди [72, с. 56]. Подібний підхід підтримує і S. M. Coyne, зазначаючи, що агресивна поведінка є результатом процесу соціального навчання та наслідування агресивних моделей поведінки в соціальному

середовищі [73, с. 410]. Згідно з класичним визначенням, агресія є реакцією на фрустрацію, тобто перешкоджання досягненню поставленої мети. Таке трактування було розвинене в межах когнітивно-біхевіористичних моделей, де агресивність розглядається як наслідок формування певних когнітивних схем та поведінкових автоматизмів, що запускаються в ситуаціях загрози чи конкуренції [69, с. 216].

У вітчизняній психологічній науці С. О. Сінчук визначає агресивність як характеристику особистості, що виражається у схильності до ворожої поведінки, яка може мати як явну (фізичну або вербальну), так і латентну (психологічну) форму [55, с. 153]. О. В. Приходько у своїх дослідженнях підкреслює, що агресивність підлітків має соціально-психологічну природу і формується під впливом сімейного виховання, мікросоціального середовища та масової культури, зокрема соціальних мереж [49, с. 238].

З точки зору нейропсихології, агресивність пояснюється особливостями функціонування центральної нервової системи. Так, дослідження О. В. Щербатюк демонструють, що агресивна поведінка пов'язана з дисфункцією лімбічної системи та порушенням регуляторної функції префронтальної кори, що може призводити до імпульсивних агресивних реакцій, особливо в підлітковому віці [69, с. 217].

Аналіз наукових визначень агресивності свідчить про багатовимірний характер досліджуваного феномену. У когнітивно-психологічному аспекті вона розглядається як наслідок формування відповідних когнітивних схем; у біхевіористичному – як поведінкова реакція, що формується внаслідок підкріплення; у соціально-когнітивному – як продукт морального відсторонення та соціального навчання; у нейропсихологічному – як результат змін у роботі мозкових структур.

Таким чином, агресивність підлітків у соціальних мережах є результатом комплексного впливу когнітивних, емоційних та соціальних факторів. Соціальні мережі створюють особливе середовище, в якому змінюються традиційні механізми соціальної взаємодії, що може сприяти

поширенню агресії. Для розуміння цього явища необхідно враховувати взаємодію особистісних рис, соціального контексту та нейробіологічних механізмів, що визначають рівень агресивної поведінки.

Одним із ключових механізмів формування агресії в онлайн-середовищі є зниження самоконтролю через ефект онлайн-дезіндивідуалізації. Підлітки у цифровому просторі відчувають менший соціальний тиск, що сприяє імпульсивним діям. Водночас алгоритми соціальних мереж сприяють формуванню інформаційних бульбашок, у межах яких агресивні погляди можуть підкріплюватися та радикалізуватися.

Особливістю агресії в соціальних мережах є її психологічна дистанційованість. Відсутність безпосереднього контакту з жертвою послаблює емпатію, що робить агресивну поведінку більш частою та менш контрольованою. Відповідно, соціальні мережі створюють умови для появи нових форм агресії, які не завжди відповідають традиційним критеріям міжособистісного конфлікту.

Кібербулінг визначається як умисна, повторювана агресивна поведінка, здійснена за допомогою цифрових технологій із метою завдати шкоди іншій особі. Це явище є однією з найбільш поширених форм агресії в підлітковому середовищі, яка значно відрізняється від традиційного булінгу [59, с. 505].

Основні види кібербулінгу: [47, с. 42-43]

- Вербальна агресія (образи, погрози, хейтспіч);
- Соціальна ізоляція (бойкот, виключення з груп, публічне приниження);
- Флеймінг (навмисне провокування конфліктів у коментарях);
- Доксинг (розкриття особистої інформації жертви без її згоди);
- Кіберпереслідування (повторювані погрози та психологічний тиск).

На відміну від традиційної агресії, кібербулінг характеризується анонімністю, широкою аудиторією та цілодобовим впливом. Відсутність фізичного контакту ускладнює розпізнавання агресора, а цифрові технології дозволяють швидко поширювати агресивний контент. Крім того, на відміну

від офлайн-агресії, кібербулінг не має чітких часових меж – жертва може зазнавати психологічного впливу тривалий час [47, с. 42-43].

Крім того, в рамках нашого дослідження важливо визначити сутність та зміст поняття комунікації. Останнє охоплює понад тисячу визначень, що свідчить про актуальність та водночас несистематизованість досліджуваного поняття. Термін «комунікація» (від лат. *communicare* – «робити спільним») виник у XIV–XV ст. і спершу означав радше об'єднання, ніж обмін інформацією. Первинно комунікація позначала видовища та суспільні ритуали, що підкреслювало її контактний, а не діалогічний характер. Лише в XVIII ст. до традиційного значення «зв'язок» додався аспект «обміну думками». Саме тоді утвердилася ідея про множинність комунікацій: технічних, ритуальних, вербальних тощо. Відповідно, комунікацією почали вважати не лише передачу інформації, а й засоби її поширення: від письма й монет до сучасних медіа (преси, радіо, телебачення, Інтернету). Відомий дослідник Р. Вільямс визначав комунікацію як сукупність засобів і форм передавання інформації та соціальних установок. У межах загального поняття комунікації особливе значення має її масовий вимір. Для його розуміння слід звернутися до комунікаційної піраміди, що містить шість рівнів: 1) внутрішньоособистісна, 2) міжособистісна, 3) внутрішньогрупова, 4) міжгрупова, 5) інституційна та 6) загальносуспільна (масова) комунікація. Саме останній рівень є ключовим у дослідженні сучасних інформаційних процесів [30, 11-12].

У рамках нашого дослідження також важливо визначити, що саме розуміється під поняттями «підлітки» та «підлітковий вік», а також проаналізувати існуючі класифікації цього вікового періоду. У науковій літературі не існує єдиного підходу до визначення вікових меж підліткового періоду, оскільки його тривалість може варіюватися залежно від соціокультурних та біологічних факторів.

Загалом, підлітковий вік визначається як період активного біологічного, психологічного та соціального розвитку, що охоплює фазу статевого дозрівання та формування особистісної автономії.

Наприклад, відповідно до класифікації Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), підлітковий вік триває від 10 до 19 років [52, с. 214]. Американська психологічна асоціація (АРА) розглядає підлітковий період як часовий відрізок від 12 до 18 років, наголошуючи на важливості когнітивного розвитку та соціальної адаптації [73, с. 411].

Вітчизняні дослідники також пропонують різні трактування цього віку. Так, О. В. Приходько визначає підлітковий період як етап віком від 11 до 18 років, підкреслюючи, що саме в цей час відбувається активне засвоєння соціальних ролей та формування морально-етичних норм [49, с. 239]. У свою чергу, С. О. Сінчук зазначає, що підлітковий вік триває від 12 до 17 років, акцентуючи увагу на тому, що цей період є критичним для становлення емоційної регуляції та соціальної поведінки [55, с. 152].

Науковці виділяють різні стадії підліткового віку, ґрунтуючись на фізіологічних, психологічних та соціальних змінах, зокрема: [49;52;73]

- Рання підлітковість (10-13 років) – характеризується початком статевого дозрівання, активним розвитком когнітивних процесів та підвищеною емоційною нестабільністю.
- Середня підлітковість (14-16 років) – відзначається розширенням соціальних зв'язків, розвитком абстрактного мислення, становленням морально-етичних переконань.
- Пізня підлітковість (17-19 років) – включає завершення процесів ідентифікації, формування самостійності та професійної орієнтації.

Таким чином, поняття «підлітковий вік» має різні визначення залежно від підходу дослідників. Загалом цей період охоплює часовий відрізок від 10 до 19 років, однак його межі можуть змінюватися відповідно до культурних і соціальних особливостей.

Отже, уточнення понятійно-категоріального апарату дозволяє більш глибоко та конкретно провести теоретичне та емпіричне дослідження. Проведений вище аналіз дозволить нам глибше розуміти головні терміни досліджуваної проблематики, а також стане фундаментом для подальшого проведення емпіричного дослідження.

Висновки до першого розділу

Аналіз теоретико-методологічних основ дослідження впливу соціальних мереж на формування агресивності підлітків свідчить про складність і багатовимірність цього феномену. Соціальні мережі не лише виконують функцію засобу комунікації, а й формують нові механізми соціальної взаємодії, що змінюють поведінкові стратегії особистості. Особливості цифрового середовища сприяють модифікації традиційних моделей агресії, зумовлюючи її трансформацію в нові форми, зокрема кібербулінг.

Різні наукові підходи – когнітивний, біхевіористичний, соціально-когнітивний та нейропсихологічний – пояснюють механізми впливу соціальних мереж на агресивну поведінку, акцентуючи увагу на процесах соціального навчання, когнітивної обробки інформації та нейробіологічних змін. Емпіричні дослідження підтверджують існування стійкого взаємозв'язку між цифровою активністю підлітків і рівнем їхньої агресивності, що вимагає подальшого комплексного аналізу цього питання.

Виявлено, що психологічні аспекти кібербулінгу значно відрізняються від традиційної агресії через особливості онлайн-середовища: анонімність, відсутність безпосереднього контакту, широку аудиторію та механізми алгоритмічного підкріплення поведінкових моделей. Це ускладнює виявлення й регулювання агресивної поведінки підлітків.

Операціоналізація ключових понять дослідження дозволяє визначити критерії оцінки рівня агресивності підлітків у соціальних мережах, що є необхідною умовою для подальшого емпіричного аналізу. Подальші дослідження повинні фокусуватися на розробці ефективних стратегій

профілактики цифрової агресії, що базуються на поєднанні психологічних, освітніх і технологічних методів.

РОЗДІЛ 2. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ПІДЛІТКІВ

2.1. Соціально-психологічні чинники виникнення підліткової агресії в сучасному середовищі

Проблематика агресивної поведінки в підлітковому віці постає достатньо гостро в умовах сучасного суспільства. На нашу думку, це зумовлено не лише особливостями цього вікового періоду розвитку особистості, але й складною ситуацією в нашій державі. Стрімкі політичні, соціальні та матеріальні зміни впливають на орієнтацію молоді в сферах професійного самовизначення, освіти та культури. Таким чином культурні особливості та кризові ситуації впливають на психіку молоді і трансформують світосприйняття.

Проблему проявів агресивної поведінки вивчали у багатьох підходах та напрямках зарубіжної психології: в психоаналізі – З.Фрейд, Е.Фромм, А.Адлер, К.Хорні та інші; у когнітивній психології – Л.Берковіц, Д.Зільманн; у гуманістичному підході – А.Маслоу, В.Франкл, К.Роджерс; у еволюційному підході – К.Лоренц; у біхевіористичному підході – А.Басс; у теорії соціального навічання – А.Бандура та ін. [55, с. 152]. В процесі аналізу наукових джерел, присвячених досліджуваній проблематиці, ми виявили, що питання проявів агресивної поведінки в підлітковому віці входить в коло наукових інтересів великої кількості дослідників в області психології, конфліктології та соціології.

Відповідно визначення О. Ф. Кенберга, агресія визначається як фізична дія або загроза такої дії, яка призводить до обмеження волі та генетичної адаптованості іншої особи [32, с. 89].

Крім того, питання статевої відмінності агресивної поведінки підлітків є доволі дискусійним в рамках сучасної психологічної науки. Значна кількість досліджень доводить відсутність гендерних відмінностей у ступені агресії між жінками і чоловіками, але свідчить про наявність даних відмінностей в її

проявах [24, с. 21]. За результатами інших досліджень, науковці дійшли висновку, що хлопці агресивніші за дівчат, що виражається в схильності до проявів фізичної агресії. Однак, дівчатам характерні прояви опосередкованої агресії [35, с. 174]. На нашу думку, така тенденція викликана, в першу чергу, гендерними відмінностями у вихованні. Хлопців навчають бути сміливими і вміти відповісти кривднику, а дівчат підлаштовуватися і підкорятися. Такі стереотипи у вихованні зумовлюють відмінності у прояві агресії, в залежності від статі.

У проведеному дослідженні Т. Шугая відзначено, що юнаки в підлітковому віці мають два піки прояву агресивної поведінки: у віці 12 років та у період 14-15 років. У дівчат підліткового віку виявлено підвищення рівнів прояву агресивних тенденцій у віці 11 та 13 років [54, с. 290].

Однак, багато дослідників вважають, що прояви агресивної поведінки в підлітковому віці є специфічною формою самовираження, яка відкриває для особистості шляхи розвитку адекватних стосунків з однолітками, батьками та педагогами [32;55].

За результатами дослідження, проведеного на базі Ніжинської гімназії № 3 та Чернігівської ЗОШ № 5, що було спрямоване на вивчення проявів агресивності у підлітків, було встановлено, що найвищий показник прояву агресії серед досліджуваних належить вербальній агресії (Ніжин – 66,8 %, Чернігів – 60,1 %). Така форма агресивної поведінки характеризується вживанням словесних атак, образ, використанням грубих слів, спростуванням чи критикою з метою вразити або принизити іншу особу. Найбільш часто такі прояви можна спостерігати під час спілкування підлітків в соціальній мережі, де сучасні діти проводять багато часу. Також високий показник був виявлений щодо фізичного прояву агресії в поведінкових реакціях (Ніжин – 40,0 %, Чернігів – 46,4 %). При чому такий тип характерний як для хлопців-підлітків, так і для дівчат. Схильність до непрямой агресії, що виражається у спрямуванні агресії на сторонню особу також виявила велика кількість респондентів (Ніжин – 54,7 %, Чернігів – 45,2 %) [55, с. 153]. Таким чином, прояв агресії в

підлітковому віці може приймати різноманітні форми, але найбільш поширеними типами агресивної поведінки виявились вербальна та непрямая агресія.

За результатами одного з досліджень, було виявлено позитивну кореляцію між тривожністю у підлітків та проявами фізичної агресії. При чому було зареєстровано, що частіше за все до проявів фізичної агресії схильні підлітки жіночої статі, що напряду пов'язано з підозрілістю. При чому, варто зауважити, що чим вищий рівень емоційної стабільності у підлітка, тим нижче у нього рівень фізичної агресії. Підозрілість, в свою чергу, позитивно корелює з наявністю почуття провини. Відповідно, чим вищий показник емоційної стабільності має підліток, тим він менше схильний до переживання почуття провини [67, с. 297].

Формування агресивної поведінки у підлітків є складним процесом, який викликають багато факторів. Останнім часом спостерігається тривожна тенденція підвищення кількості інцидентів із проявом агресивності з боку підлітків. Ця ситуація може бути, в тому числі, наслідком цифрової глобалізації. Вільний доступ до Інтернету, комп'ютерних ігор, сучасних фільмів, віртуальної реальності тощо має не лише позитивні можливості, а й негативні наслідки, які спричинені наявністю в мережі у вільному доступі великої кількості матеріалів, які розпалюють ворожнечу, закликають до проявів агресії, а іноді навіть «нормалізують» девіантну поведінку.

Отже, існують різноманітні мотиви та причини агресивної поведінки в підлітковому віці. Деякі випадки агресії можуть бути пов'язані з патологіями головного мозку, порушеннями нервової системи або іншими соматичними захворюваннями. Проте, найбільш поширеним чинником, що впливає на прояв агресії, є виховання дитини в родині. Якщо батьки застосовують фізичне покарання, критикують або жорстоко ставляться до дитини, ймовірність прояву агресивної поведінки підлітком зростає. Сімейні відносини впливають на емоційний стан підлітків, і багато батьків вважають прояв гніву, роздратування чи злості у дитини неприпустимими. Вони намагаються

приховати подібні емоції та придушити їх в дитині, використовуючи різноманітні методи [24, с. 22].

Також слід звернути увагу на те, що прояви агресивної поведінки пов'язані із самооцінкою підлітка. Результати досліджень, проведених А. О. Реаном, доводять, що підлітки із низькою самооцінкою виявляють схильність до депресивних настроїв. Варто відзначити, що деякі дослідження свідчать про те, що низька самооцінка може бути причиною депресивних станів, тоді як інші вказують на те, що депресивний настрій може відображатися у низькій самооцінці. Підлітки із адекватною самооцінкою проявляють широкий спектр інтересів, спрямовують свою активність на різноманітні види діяльності, а також на взаємні відносини, які є помірними та доцільними, і спрямовані на розуміння інших і себе у процесі спілкування. Підлітки ж з низькою самооцінкою виявляють схильність до депресивних настроїв. Також, підлітки, які схильні до перебільшення власної важливості, проявляють обмеженість у видах діяльності та залежність від спілкування, причому воно може бути недостатньо змістовним. Таким чином, вирішення проблеми агресивних тенденцій у поведінці підлітків, яка впливає на їхню самооцінку, набуває особливого значення [32, с. 88].

Відомо, що агресивність у поведінці підлітків в основному зумовлена зовнішніми чинниками, що негативно впливають на психіку. Результатом такого деструктивного впливу може бути несприйняття себе та інших осіб, а часом і відчуття ворожнечі, гнів та похідні емоції (від легкої дратівливості до люті). Ці емоції відображаються у поведінкових реакціях підлітка на суб'єктивну реальність, яка, як правило, сприймається ним як спотворена чи ілюзорна [24, с. 22].

Отже, проаналізувавши наукові літературні джерела, присвячені досліджуваній проблематиці, ми виокремили види агресивної поведінки, які є найбільш поширеними серед підлітків в контексті міжособистісного спілкування:

- 1) Фізична агресія (дії, спрямовані на фізичне нанесення шкоди іншій особі);
- 2) Вербальна агресія (знущання, критика);
- 3) Пасивно-агресивна поведінка (прихований спосіб вираження агресії);
- 4) Соціальна агресія (розповсюдження чуток, виключення з групи, маніпуляції та інші способи завдати шкоди соціальному статусу або відносинам іншої особи).

Отже, можемо зробити висновок, що агресивна поведінка підлітків може мати різноманітні прояви. Розуміння цих особливостей є важливою умовою для врегулювання конфліктних ситуацій та підтримки позитивного психологічного клімату в групі підлітків.

Аналіз чинників формування агресивної поведінки підлітків є важливим аспектом для психологічної науки, адже розуміння причин відкриває шляхи для профілактики та корекції відповідних симптомів. Тому аналіз факторів розвитку агресії у дітей є невід'ємною частиною нашої наукової роботи.

Основні фактори, які сприяють виникненню агресивних реакцій у підлітків, включають такі аспекти: [4, с. 18]

- 1) Характеристики спрямованості та самосвідомості особистості, такі як низький рівень сформованості ціннісних уявлень, неадекватна самооцінка й рівень домагань.
- 2) Індивідуально-психологічні фактори, що включають нестабільність емоцій, високий рівень тривожності, знижений рівень розвитку інтелектуальних здібностей, неефективне володіння навичками самоконтролю та низький рівень прогностичних функцій її наслідків.
- 3) Соціально-психологічні аспекти, такі як статус дитини в колективі підлітків, низький рівень соціальної адаптації, несприятливий емоційний клімат у сім'ї, характерологічні особливості та система сімейного виховання, вплив засобів масової інформації та комп'ютерних ігор тощо. Вони утворюють передумови для

формування особливого симптомокомплексу у підлітків, які схильні до агресивних поведінкових реакцій.

Якщо аналізувати погляди різних дослідників щодо причин агресивності, отримаємо такі данні: [49, с. 239]

- Інстинктивний підхід, запропонований З. Фрейдом, транслює тезу про те, що агресія є вродженим інстинктом, який пояснюється прагненням людини до руйнування та смерті. Це погляд підтримує і К. Лоренц, який вважає, що корені людської агресії впливають з інстинкту самозбереження.
- Біологічний підхід вказує на те, що агресивна поведінка може бути спадковою та залежить від генетичних факторів.
- Фрустраційний підхід, який був розвинутий Д. Доллардом, зазначає, що фрустрація завжди є причиною агресії.
- Соціальний підхід, викладений А. Бандурою, вказує на те, що оточення відіграє ключову роль у формуванні агресивної поведінки.

Психологи визначають одну з основних причин прояву агресії серед підлітків як бажання привернути до себе увагу, розглядаючи агресію як своєрідний сигнал про внутрішні проблеми. За агресією часто приховується відчуття слабкості, страх та невпевненість у собі. Серед причин агресивної поведінки підлітків виділяються такі фактори: період вікової кризи, несприятливі умови в сім'ї, дитячому садку чи школі, комплекс неповноцінності, спадковість, гормональні порушення, захворювання організму, а також зловживання алкоголем, наркотиками. Як вже було зазначено, батьки відіграють важливу роль у формуванні агресивності підлітків. Навіть у віці дорослішання підлітка, батьки є прикладом для наслідування. Якщо батьки виявляють агресивну поведінку, існує висока ймовірність, що дитина у майбутньому буде копіювати цю модель. Алкоголь, нікотин і наркотики також впливають на рівень агресії серед підлітків, оскільки ці речовини мають деструктивний вплив на психіку та розвиток

мозку. Однак середовище, в якому зростає дитина, має найбільший вплив на її поведінку. Батьки повинні усвідомлювати, що у складний перехідний період підлітку надзвичайно важливі любов та розуміння в сім'ї [56, с. 332].

Вчені вважають, що у підлітків спостерігається емоційна нестабільність і амбівалентність почуттів. Нестійкість емоцій пояснюється значною невпевненістю підлітка в правильності обраної форми поведінки. Мотивація підлітків характеризується, з одного боку, бажанням до самостійності і самовизначення, а з іншого боку, вони зіштовхуються з обмеженнями, контролем, заборонами і вимогами з боку дорослих. Подібний конфлікт може стати причиною імпульсивних, нестабільних, а інколи і важко передбачуваних емоцій та реакцій [18, с. 198].

Дослідження, проведене Г. Хоменком, виокремив низку особливостей підліткового віку, які спонукають особистість до проявів агресивної поведінки: [54, с. 290-291]

1. Викривлене сприйняття подій (як ворожих і загрозливих);
2. Високий рівень чутливості до негативного ставлення з боку соціального середовища;
3. Відсутність навички інтерпретувати власну агресивну поведінку як вияв агресії;
4. Часте ухилення від відповідальності за свої деструктивні дії, перекладання відповідальності на представників найближчого соціального оточення;
5. Відсутність або брак бажання приймати відповідальності за свої вчинки.
6. Відсутність навички виявляти широкий спектр реакцій на одну і ту саму ситуацію.
7. Наявність труднощів у ситуаціях, коли потрібно змінювати плани для досягнення мети.
8. Низький рівень емпатії у взаємовідносинах з іншими особами.

9. Відсутність навичок саморегуляції та контролю власних емоційних станів.

10. Сприйняття агресивної поведінки як засобу задоволення потреби у власній важливості, використання агресії для відчуття дорослої автономії.

Отже, підлітки виявляють агресивну поведінку з метою задоволення власних потреб через відсутність навичок використання інших стратегій для їх задоволення.

У своїх дослідженнях Т. Кукурудза підкреслив ряд «сімейних» факторів, що сприяють проявам агресивної поведінки підлітком: [4, с. 18-19]

- Ігнорування батьками дітей.
- Байдуже та вороже ставлення з боку батьків.
- Розрив емоційних зв'язків у родині.
- Відсутність поваги до особистості дитини.
- Надмірний або недостатній контроль.
- Надмірна або недостатня увага з боку батьків.
- Обмеження фізичної активності.
- Позбавлення права на особисту свободу.

На основі аналізу наукової літератури нами було зроблено спробу виокремити п'ять ключових факторів, що визначають цей вплив: характер контенту, особливості онлайн-взаємодії, анонімність, феномен кібербулінгу та алгоритми поширення інформації. Далі пропонуємо окремо проаналізувати кожний із них:

1. Агресивний контент: значний вплив на підліткову агресивність має експозиція до насильницького контенту, який широко поширений у соціальних мережах. Дослідження підтверджують, що перегляд відео з агресивною поведінкою та взаємодія з агресивними текстовими матеріалами сприяє нормалізації насильства [73]. Відповідно до теорії соціального навчання, підлітки можуть переймати агресивні моделі поведінки через імітацію поведінки блогерів, лідерів думок або популярних інфлюенсерів [63].

2. Особливості онлайн-взаємодії: цифрове середовище має низку специфічних характеристик, які модифікують комунікативну поведінку. Зокрема, феномен онлайн-дезіндивідуалізації пояснює, що зниження соціальних обмежень у мережі провокує імпульсивну агресію [57, с. 150-151]. Відсутність невербальних сигналів (міміки, жестів) також може сприяти неправильному тлумаченню намірів співрозмовника, що загострює конфлікти [58, с. 1018].

3. Анонімність та зниження соціальної відповідальності: анонімність є потужним фактором, що знижує соціальний контроль і підвищує схильність до агресії. Відсутність реальних наслідків за агресивну поведінку в мережі призводить до розширення меж допустимого. Згідно з теорією дифузії відповідальності, у великих онлайн-спільнотах індивіди менше відчують особисту відповідальність за свої дії [66].

4. Кібербулінг як форма систематичної агресії: кібербулінг є однією з найпоширеніших форм агресії в соціальних мережах [10]. Він включає словесні атаки, поширення фейкової інформації та соціальне бойкотування. За даними досліджень Hinduja & Patchin, близько 34% підлітків у США хоча б раз ставали жертвами кібербулінгу, а 12% самі брали участь у цькуванні інших [75]. Дослідження вітчизняних дослідників підтверджують подібні тенденції в Україні.

5. Алгоритми персоналізації контенту: алгоритмічні механізми соціальних мереж сприяють формуванню так званих інформаційних бульбашок, які підсилюють радикалізацію поглядів. Дослідження демонструють, що підлітки, які тривалий час перебувають у середовищі, де переважає агресивний контент, починають його сприймати як соціальну норму [62].

Описані фактори демонструють, що соціальні мережі можуть сприяти формуванню агресивної поведінки серед підлітків через механізми соціального навчання, анонімності, когнітивних викривлень та алгоритмічних технологій. На нашу думку, подальші дослідження мають зосередитися на

пошуку ефективних методів запобігання агресивній поведінці у цифровому середовищі та розробці стратегій підвищення рівня цифрової етики серед підлітків.

Таким чином, ми можемо зробити висновок, що на формування у підлітка агресивної поведінки дійсно впливає велика кількість факторів: особистісних, соціальних, фізіологічних, педагогічних, сімейних тощо. Розуміння цих чинників може служити основою для розробки чи вдосконалення ефективних стратегій попередження агресивної поведінки серед підлітків та поліпшенню їх соціальної адаптації.

2.2. Психологічні характеристики спілкування підлітків у соціальних мережах

В рамках дослідження окресленої проблематики вважаємо важливим дослідження особливостей міжособистісної взаємодії підлітків на цьому етапі вікового розвитку загалом. Проблематика міжособистісного спілкування в підлітковому віці представляє цікавість з наукової точки зору, адже особливості цього вікового періоду мають вагомі відмінності від інших етапів онтогенетичного розвитку особистості і характеризуються емоційною нестабільністю, прагненням до автономії та незалежності, схильністю до ризику тощо. Також варто зазначити, що саме в період підліткового віку міжособистісні стосунки підлітків приймають значно складнішу, змістовнішу та різноманітнішу форму, що і відрізняє його від попередніх вікових періодів [5, с. 21].

Міжособистісну взаємодію розуміють як особистісний контакт між двома або більше індивідами, що призводить до взаємної трансформації їхньої поведінки, активності, взаємин, установок тощо [70, с. 94].

Тема підліткового віку входить в коло наукових інтересів великої кількості психологів, чим зумовлена розбіжність в точках зору щодо досліджуваної проблематики. В процесі аналізу наукової літератури, що висвітлює проблему особливостей підліткового віку, ми дійшли висновку, що,

з одного боку, зазначений віковий період розглядають як необхідний етап розвитку особистості, який характеризується трансформаційними процесами у психічній, соціальній та емоційній сферах і викликає зміни у світоглядних і когнітивних аспектах. А з іншого боку, підліткову кризу інтерпретують як відхилення, якому характерні прояви тривожності, страху і пригніченості [6, с. 454]. Дослідженню нормального розвитку підлітка присвячували свої наукові праці Ф. Елькін і У. Уістлі [67, с. 296].

Особливу увагу, в рамках даної наукової роботи, на нашу думку, слід звернути і на аспект «батьки-діти» в контексті дослідження міжособистісних відносин в підлітковому віці, адже ця проблема постає більш гостро в умовах досліджуваного вікового періоду.

Проблеми у міжособистісних стосунках із батьками ускладнюються, в першу чергу, через те, що під час переходу від дитинства до дорослості відбувається трансформація усіх сфер життєдіяльності особистості, пов'язана з глибокими змінами, які впливають на подальший особистісний розвиток. У підлітків у цей період формуються еталонні моделі міжособистісного сприйняття, якими вони користуються, оцінюючи оточуючих людей. Ці еталони стають усе більш узагальненими і співвідносяться з їх цінностями, ідеалами і нормами. Ускладнює взаємовідносини підлітків з батьками ще й той факт, що підлітковий вік є мінливим і непередбачуваним, що також може загострювати взаємовідносини і з іншими оточуючими [70, с. 94].

Вагомий внесок у розуміння особливостей підліткового віку вніс психоаналіз. З. Фрейд, наприклад, висував теорію про те, що в цей віковий період підлітки надають перевагу спілкуванню з особами своєї статі, що є проявом, як зазначав сам засновник психоаналізу, «гомосексуального періоду». Та з часом, об'єктом енергії лібідо стає представник протилежної статі. Ш. Бюлер розглядав підлітковий вік як симбіоз психічного та органічного дозрівання. В. Штерн інтерпретував досліджуване явище, як «перехідний етап» між дитячою грою і відповідальною діяльністю дорослого. Ж. Піаже в рамках своєї концепції наголошував на важливості цього періоду

розвитку особистості, адже саме в підлітковому віці, на думку науковця, формується програма життя особистості [6, с. 454].

Отже, концепцій і поглядів щодо особливостей підліткового віку існує велика кількість, це пов'язано, в першу чергу, з великим бекграундом дослідження даної проблематики. Однак, проаналізувавши найбільш відомі теорії, присвячені цьому питанню, ми можемо зробити висновок про те, що в усіх концепціях і поглядах підкреслюється важливість і обов'язковість даного етапу розвитку для особистості. Ми погоджуємось з цією тезою, адже в період підліткового віку, як було зазначено вище, трансформуються всі сфери життя особистості, в тому числі змінюються особистісні якості, що безперечно впливає і на відносини з оточуючими.

Отже, якість міжособистісних відносин визначають особистісні якості підлітка. Пропонуємо розглянути цю взаємозалежність на прикладі самооцінки, як чинника міжособистісного спілкування у підлітковому віці. Досліджувана змінна визначає рівень прагнень та очікувань підлітка, позицію, яку він займає у міжособистісних відносинах. Під самооцінкою розуміють внутрішню оцінку особистістю самої себе, власних здібностей, характеристик та позиції в контексті спілкування з оточуючими. Вона має динамічний характер і може зазнавати змін протягом усього життя [50, с. 275].

За результатами дослідження, проведеного на базі ЗСО № 9 м. Полтави, в якому взяли участь 108 підлітків (68 дівчат та 40 хлопців), у 47% респондентів був виявлений низький рівень самооцінки. Для них характерна негативна оцінка власних комунікативних здібностей та можливостей. Лише 41% вибірки складають підлітки з високим рівнем самооцінки, що характеризується позитивним ставленням до себе, власних комунікативних можливостей та здібностей [12, с. 52-53].

Отже, саме підлітковий вік є критичним етапом для самооцінки особистості. В цей період зростає опора на внутрішні показники і відбувається відхід від прямого копіювання оцінок дорослих. Важливо також зазначити, що успішність міжособистісної взаємодії в підлітковому віці визначає розвиток

самооцінки представника досліджуваної вікової групи. Саме спілкування є одним із ключових видів діяльності підлітка, яке впливає на взаємовідносини останнього з оточуючими [50, с. 275]. Таким чином, ми можемо зробити висновок про взаємозалежність особистісних якостей підлітка і успішність міжособистісного спілкування. Це означає що психологічні особливості особистості (наприклад самооцінка, комунікативні навички тощо) визначають якість та структуру міжособистісних відносин, а міжособистісні відносини, в свою чергу, впливають на формування особистісних якостей підлітка (формують його самооцінку).

В умовах сучасного інформаційного суспільства соціальні мережі відіграють визначальну роль у процесі соціалізації підлітків, виступаючи не лише засобом комунікації, а й інструментом формування особистісної ідентичності, соціального статусу та поведінкових моделей. Взаємодія в цифровому середовищі має низку психологічних особливостей, які суттєво відрізняються від традиційних форм міжособистісного спілкування. Зокрема, характерними є зміщення акценту на самопрезентацію, посилення потреби у соціальному схваленні, зниження рівня соціального контролю, що в окремих випадках призводить до виникнення агресивної поведінки. Аналіз цих феноменів дозволяє глибше зрозуміти, яким чином цифрове середовище моделює комунікативні процеси підлітків та впливає на формування їхніх соціально-психологічних характеристик.

Процес самопрезентації є одним із базових механізмів соціальної взаємодії підлітків у соціальних мережах. Відповідно до класичної теорії самопрезентації Гоффмана, індивід намагається формувати та підтримувати певний соціальний образ, що відповідає очікуванням його оточення. В офлайн-середовищі цей процес регулюється безпосередньою реакцією співрозмовників та особливостями соціального контексту. Натомість у цифровій комунікації самопрезентація набуває більш контрольованого характеру завдяки можливості ретельного відбору контенту, використанню редагування зображень та інформаційного маніпулювання [48, с. 211].

Дослідження Valkenburg et al. демонструє, що підлітки в соціальних мережах схильні до створення ідеалізованих образів, що значно відрізняються від їхньої реальної особистості. Це явище пояснюється не лише бажанням отримати соціальне схвалення, а й страхом перед негативною оцінкою з боку однолітків. Теорія соціального порівняння Фестінгера підтверджує, що підлітки активно оцінюють власну значущість через зіставлення з цифровими образами інших користувачів, що нерідко призводить до формування почуття соціальної неповноцінності та зниження самооцінки [52, с. 225].

Окрім прагнення до позитивного самопредставлення, значну роль відіграють механізми соціального впливу, що діють у межах соціальних мереж. Впливовість певних моделей поведінки підсилюється алгоритмічними механізмами платформ, які сприяють поширенню контенту з високим рівнем емоційного залучення. Як зазначає Cheng et al., агресивний або епатажний контент отримує значно більше поширення через механізм верифікації соціальної значущості за допомогою лайків, репостів та коментарів [21, с. 43]. Це, своєю чергою, створює у підлітків хибне уявлення про соціально прийнятну поведінку, сприяючи нормалізації агресії у цифровому середовищі.

Одним із ключових факторів, що визначає особливості спілкування підлітків у соціальних мережах, є значне зниження рівня соціального контролю, що може провокувати девіантні форми поведінки. У цьому контексті особливо важливим є феномен «онлайн-розгальмування», описаний Suler, який передбачає, що в цифровому середовищі користувачі менш схильні до самоконтролю та демонструють поведінку, яка в офлайн-ситуації була б неприйнятною [6, с. 455].

Дослідження Christopherson показує, що анонімність у соціальних мережах сприяє зниженню відповідальності за власні висловлювання, що, своєю чергою, збільшує частоту ворожих коментарів та агресивної взаємодії. Lapidot-Lefler & Barak наголошують, що відсутність зорового контакту між комунікантами також знижує рівень емпатії, що полегшує висловлення образливих або маніпулятивних коментарів [34, с. 96].

Одним із найбільш виражених проявів агресії в соціальних мережах є кібербулінг, який має низку особливостей, що відрізняють його від традиційних форм цькування. Відповідно до досліджень Patchin & Hinduja, кібербулінг має повторюваний характер і спрямований на приниження особистості через цифрові засоби комунікації [59, с. 506].

Психологічні особливості булера та жертви відображають певні внутрішні особливості особистості. Дослідження Olweus доводять, що булери зазвичай мають низький рівень емпатії та прагнуть домінувати в соціальному середовищі. Жертви кібербулінгу, навпаки, часто характеризуються підвищеним рівнем тривожності, низькою самооцінкою та соціальною ізоляцією [59, с. 508].

Крім того, механізми групової динаміки у соціальних мережах можуть посилювати прояви агресії через ефект «інтернет-натовпу». Дослідження Reicher et al. демонструють, що учасники великих груп схильні до деіндивідуалізації, що знижує їхній рівень відповідальності за вчинки. Як зазначає Zimbardo, відчуття анонімності сприяє формуванню групової ідентичності, що може підсилювати агресивну поведінку [53, с. 223].

Таким чином, проаналізовані особливості комунікації підлітків у соціальних мережах дозволяють зробити висновок, що цифрове середовище є потужним чинником, який може як сприяти соціальній адаптації, так і стимулювати агресивну поведінку через самопрезентацію, зниження соціального контролю, кібербулінг та механізми групової взаємодії. Це підкреслює необхідність розробки ефективних превентивних заходів щодо регулювання цифрової поведінки підлітків.

2.3. Інтернет-залежність та засоби її профілактики серед підлітків

Важливий внесок у вивчення поняття Інтернет-залежності внесли такі дослідники, як К. Янг і М. Гріффітс [27]. Проте, як відомо, питання щодо шкідливості Інтернету та викликання звикання до нього є дискусійним, не всі науковці погоджуються з цим.

Інтернет залежність узагальнено визначають як розлад імпульсного контролю та поведінкову нехімічну залежність, що супроводжуються наявністю у користувача низки діагностичних «симптомів», хоча на сьогодні немає офіційного загальноприйнятого визначення поняття інтернет-залежності через те, що виділяють різні підходи до розуміння цього феномену [8, с. 37].

Розглянемо основні симптоми Інтернет залежності: (див. табл. 1)

Таблиця 1

Основні симптоми ігрової та Інтернет-залежності

Основні симптоми залежності	
Ігрової	Інтернет
- неможливість відволіктися від комп'ютерної гри; - вживання їжі за комп'ютером; - ізоляція від соціальних контактів та суспільства загалом; - Деперсоналізація - ігнорування особистої гігієни; - вживання психостимуляторів (які підвищують фізичну та розумову працездатність); - спілкування виключно на ігрові теми;— ототожнення себе з головним персонажем, повне розчинення в грі; - стан ейфорії під час ігрового процесу; - вкладення коштів у ігровий процес або в обладнання для ігор; - сухість очей; - блідість шкірних покривів, анемія; - біль у спині, викривлення хребта; - головні болі;	- часте непереборне бажання вийти в Інтернет; - відсутність контролю (тривале бажання перебувати в мережі), внаслідок чого виникає - почуття провини; - соціально-небезпечна ексцентрична поведінка в колі найближчого оточення (друзі, колеги, сім'я); - знижена працездатність; - приховування, недооцінка або заперечення залежності від Інтернету; - психічна дратівливість, що виникає у разі відсутності доступу до Інтернету, що викликано певними перешкодами (може виявлятися у формі нервозності, підвищених збудливості й депресії);

Основні симптоми залежності	
Ігрової	Інтернет
	- численні невдалі спроби перебороти захоплення Інтернетом.

Джерело: [26;32]

Американська дослідниця, що досліджувала питання Інтернет-залежності, виокремила п'ять видів останньої: [33;46]

1. *Пристрасть до віртуального спілкування та віртуальних знайомств* – надмірна кількість знайомих і друзів у мережі, великі обсяги листування, участь у Інтернет-форумах, чатах тощо.

2. *Нав'язлива «фінансова» потреба у мережі* – участь в онлайн іграх (як азартних, так і рольових), постійні покупки (відвідування Інтернет-магазинів) чи участь в Інтернет-аукціонах.

3. *Інформаційне перевантаження* (нав'язливий web-серфінг) – нескінченні подорожі у мережі, пошук інформації за базами даних і на пошукових сайтах.

4. *Ігрова залежність* – нав'язлива гра в комп'ютерні ігри або програмування та інші види комп'ютерної діяльності у мережі.

5. *Кіберсексуальна залежність* – нездоланий потяг до відвідування порносайтів, обговорення сексуальної тематики в чатах чи спеціальних телеконференціях «для дорослих».

Насамперед, Інтернет-залежність значно впливає на особистість та її розвиток. Особливо ця теза актуальна для молоді, так як проблема комп'ютерних адикцій особливо розповсюджена серед осіб цієї вікової категорії. Хоча, безперечно, Інтернет-залежність може сформуватися в будь-якому віці.

Психологи часто наголошують на негативному впливі Інтернет-залежності на особистість в контексті її комунікації з реальними співрозмовниками. Перевагою Інтернет-спілкування є те, що воно дає

можливість знайомитися і підтримувати комунікацію з різних частин світу. Але це, в свою чергу, має і негативні наслідки. Багато з тих людей, хто спілкується в Інтернет, стверджують, що легше спілкуватися з людиною, яку ти не бачиш. Це дає почуття свободи, можливість презентувати себе у найкращому світлі, без оцінки сторонніми людьми, що створює комфорт у спілкуванні. Проте, такий стан справ може призвести до втрати певних навичок спілкування в реальному житті, при якому необхідно дивитися на співрозмовника та встановити персональний контакт [33, с. 92].

Віртуальний світ, що зображений у грі, який затягує, налаштовує її проти близьких, друзів, діє на психіку і змінює уявлення людини. Залежність від ігор є адикцією, котру можна порівняти із наркотичною залежністю. При онлайн-ігровій залежності гравець випробовує безліч різних емоцій, що впливає на якості характеру та вияви емоцій, котрі можуть виявлятися в жорстокості або агресії, чи, навпаки, у замкненості та самоізоляції, впливають на адаптацію та соціалізацію особистості. Досить багато гравців говорять, що вони грають не заради грошей, а заради того, щоб довести навколишнім, що вони набагато краще інших, вони виграють, у них є досвід. Вчені довели, що комп'ютерні ігри впливають не тільки на психічний стан людини, але й на фізіологію, унаслідок чого розвивається дистрофія м'язів, з'являються болі в суглобах, порушується опорно-руховий апарат, що спричинено довгим сидінням за комп'ютером. Також псується зір, турбують часті головні болі, порушується травлення тощо. Комп'ютерні ігри в малій кількості роблять життя веселішим, а у великій – вбивають прагнення жити [14, с. 140].

У низці досліджень висловлена думка, що комп'ютерні ігри позитивно впливають на когнітивні функції й на мотивацію гравців, стимулюють пізнавальний інтерес, проте при цьому сприяють «відходу» у віртуальний світ. Разом з тим, деякі автори вважають, що гра в комп'ютерні ігри негативно відбивається на відносинах між дітьми й батьками в сім'ї, підвищується рівень агресивності, для дитини утрудняється розділення віртуальної та реальної ситуації, що суперечить результатам низки досліджень, згаданих вище. Ця

суперечність знову ж таки підкреслює відсутність узгодженої точки зору про вплив комп'ютерних і Інтернет-ігор на психіку і соціальну активність гравців [13, с. 194].

Таким чином, можемо стверджувати, що Інтернет-залежність має вагомий вплив на особистість, особливо у випадку розвитку такої залежності у дітей та підлітків, в той період, коли їх особистість є чуткою до різного роду впливів і активно формується. Тим більше, комп'ютерна адикція може впливати не лише на психічний стан, але й на фізичне здоров'я особистості. Адже, якщо велику кількість часу підліток проводить за комп'ютером, то ця діяльність замінює фізичну активність, що може призводити до головних болів та болів у суглобах, дистрофії м'язів, порушень опорно-рухового апарату тощо.

Більшість наукових досліджень проблеми Інтернет-залежності підлітків належить психологам: М. Орзаку, О. Войскунському, А. Голдбергу, Ф. Райс, В. Менделєвічу, Л. Кейнроку, К. Янгу. Наслідки застосування комп'ютерних технологій розглядають А. Жичкина, О. Єгорова, Янг До. Вплив кіберпростору на особистість людини висвітлюють у своїх працях О. Смилова та Ю. Бабаєва. Гендерні аспекти впливу Інтернету на особистість вивчають Г. Вілдер, С. Фаренга, С. Макі, Р. Вільямс [60, с. 119].

В результаті аналізу психолого-педагогічної літератури по досліджуваній темі, можемо зробити висновок, що ризик формування ігрової та Інтернет-залежності зростає саме у підлітковому віці. Це спричинено характерними для цього вікового періоду навіюваністю, цікавістю до нового та бажанням отримати нові відчуття та враження. Можемо виділити наступні чинники ігрової та Інтернет залежності у підлітковому віці: [42;61]

1. Відсутність взаєморозуміння і друзів у реальному житті, несприйняття однолітками або нестача спілкування із значимими для дитини/підлітка людьми.
2. Недостатня увага батьків;
3. Складності адаптації в новому колективі;

4. Закомплексованість, сором'язливість, невпевненість, труднощі у побудові комунікації з іншими;
5. Підвищена образливість;
6. Невміння будувати міжособистісні стосунки;
7. Прагнення підлітка «бути як усі».

Комп'ютерна гра забезпечує переживання задоволення, розширює коло спілкування, сприяє самовираженню, самоствердженню, самовдосконаленню, сублімації негативних емоцій. В. С. Сорбкін та Ю. М. Євстагнаєва виділяють такі «глобальні групи чинників привабливості комп'ютерних ігор»: [11, с. 192]

- Сюжетний або емоційно-естетичний аспект;
- Можливість набуття умінь, нових засобів, які допомагають впливати на вирішення ігрових завдань;
- Досягнення;
- Інтелектуальне задоволення;
- Колекційно-дослідницький аспект;
- Творчість – можливість створення чогось нового у рамках гри;
- Поза ігрові аспекти – соціалізація, проведення дозвілля тощо;

Таким чином, віртуальний ігровий простір дозволяє реалізувати низку базових потреб, а саме: у грі, розвагах, досягненні поставленої мети, саморозвитку, розвитку позитивних якостей, сміливості, вмінні долати перешкоди, поразки і невдачі; потреби у повазі та самоповазі, потреби в автономії, у протесті проти існуючих правил, знятті соціальних табу; потреби у домінуванні та агресії.

Висновки до другого розділу

Аналіз психологічних особливостей впливу соціальних мереж на підлітків дозволив встановити, що цифрове середовище виступає вагомим фактором соціалізації, формування поведінкових моделей та емоційного стану молоді. Доведено, що поширення агресивної поведінки серед підлітків у віртуальному просторі зумовлене комплексом соціально-психологічних

чинників, серед яких ключову роль відіграють зниження соціального контролю, анонімність комунікації, механізми підкріплення агресії через алгоритми платформ та групова динаміка онлайн-спільнот.

Дослідження особливостей спілкування підлітків у соціальних мережах показало, що віртуальна взаємодія значно відрізняється від традиційної міжособистісної комунікації завдяки можливості конструювання бажаного образу, підвищеній потребі у соціальному схваленні та схильності до знеособленої агресії. Встановлено, що феномен "онлайн-розгальмування" сприяє зростанню імпульсивної та ворожої поведінки, що може призводити до проявів кібербулінгу та соціальної ізоляції окремих груп підлітків.

Окрему увагу приділено проблемі інтернет-залежності як чиннику, що впливає на когнітивний, емоційний і поведінковий розвиток підлітків. Виявлено, що надмірне використання соціальних мереж може провокувати зниження рівня емпатії, зростання рівня тривожності, агресивності та фрустрації. Обґрунтовано доцільність застосування превентивних заходів, спрямованих на формування медіаграмотності, критичного мислення та саморегуляції в цифровому середовищі.

Загальні результати дослідження дають підстави стверджувати, що соціальні мережі мають подвійний вплив на психологічний розвиток підлітків: з одного боку, вони можуть сприяти соціалізації, комунікативній активності та самовираженню, з іншого – провокувати агресивну поведінку, деструктивні соціальні явища та розвиток залежності. Це вимагає подальшого дослідження механізмів регуляції цифрової поведінки підлітків та розробки ефективних стратегій профілактики негативних наслідків використання соціальних мереж.

РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ФОРМУВАННЯ АГРЕСИВНОСТІ У ПІДЛІТКІВ

3.1. Обґрунтування обраних методик дослідження

Дослідження було реалізовано на базі Боківського навчально-виховного комплексу «Загальноосвітня школа I-III ступенів – дошкільний навчальний заклад» Одеської області. Загальна кількість респондентів становила 61 особу, що дозволило забезпечити достатню репрезентативність вибірки для первинного емпіричного аналізу.

Мета дослідження полягала у виявленні взаємозв'язку між рівнем інтернет-залежності підлітків та рівнем проявів агресивності.

Основна гіпотеза була сформульована наступним чином: чим вищий рівень інтернет-залежності за результатами тесту Кімберлі Янг, тим вищим є рівень агресивності підлітка (за методикою Басса-Дарки).

Основними *завданнями* емпіричного етапу дослідження були наступні:

- визначити інтенсивність використання соціальних мереж підлітками;
- встановити рівень інтернет-залежності респондентів;
- виміряти рівень агресивності у підлітків;
- проаналізувати характер взаємозв'язку між інтенсивністю користування соціальними мережами, рівнем інтернет-залежності та агресивністю;
- провести інтерпретацію отриманих результатів для підтвердження або спростування висунутої гіпотези.

Емпірична частина дослідження передбачала застосування комплексу психодіагностичних методик: *Авторська анкета для збору даних про використання соціальних мереж; Тест на інтернет-залежність Кімберлі Янг; Методика Басса-Дарки для вимірювання рівня агресивності.*

Усі дослідження проводилися за умови отримання дозволу адміністрації освітнього закладу, інформованої згоди батьків респондентів, а також добровільної згоди самих підлітків на участь у дослідженні.

Для збору первинної інформації про особливості використання соціальних мереж підлітками було створено *Авторську анкету*, яка дозволила не лише виявити кількісні показники взаємодії зі соціальними мережами, але й зібрати дані щодо суб'єктивного ставлення респондентів до власної онлайн-активності.

Анкета включала два основні блоки: паспортичку та основний масив запитань. У першій частині респонденти зазначали свій вік та стать, що дозволяло деталізувати характеристики вибірки дослідження.

Основний блок складався з п'ятнадцяти запитань, спрямованих на виявлення таких аспектів: наявність акаунтів у соціальних мережах, переваги щодо конкретних платформ, середня тривалість перебування в мережах протягом доби, основні мотиви використання соціальних мереж (комунікація, розваги, навчання тощо). Окрему увагу було приділено емоційним реакціям, що виникають у процесі користування соціальними мережами, зокрема: відчуттю роздратування при відсутності доступу до мережі, наявності конфліктів із дорослими через використання соцмереж, труднощам із самотійним обмеженням часу користування.

Також анкета містила питання щодо змін емоційного стану після тривалого перебування в соціальних мережах, проявів агресивних емоцій під час онлайн-спілкування, схильності до участі в конфліктних дискусіях у віртуальному просторі та самотійної оцінки рівня залежності від соціальних мереж.

Конструкція анкети дозволила одночасно отримати як кількісні показники (наприклад, кількість годин, частоту використання мереж у вечірній або нічний час), так і якісні дані, що стосуються суб'єктивних відчуттів та самооцінки підлітків. Це сприяло комплексному розумінню феномену використання соціальних мереж у старшому підлітковому віці та його можливого зв'язку із рівнем прояву агресивності.

Доцільність використання саме такої анкети обумовлюється потребою врахувати як об'єктивні параметри (тривалість перебування в соціальних

мережах, види активності), так і суб'єктивні характеристики (емоційний стан, схильність до агресивних проявів у мережі), що є особливо важливим при дослідженні соціально-психологічних чинників агресивної поведінки.

Однією з ключових методик, застосованих у рамках дослідження, став *тест Кімберлі Янг на виявлення інтернет-залежності (ІАТ)*, розроблений у 1998 році. Цей інструмент є одним із найпоширеніших і найнадійніших методів діагностики залежності від інтернету, визнаним у міжнародній психологічній практиці.

Тест К. Янг складається з 20 тверджень, які оцінюють ступінь залежності особистості від мережі Інтернет за такими основними параметрами, як: частота використання, емоційна залученість, втручання у повсякденне життя, контроль над поведінкою, порушення сну, міжособистісна дезадаптація, зміна настрою тощо. Респондентам пропонується оцінити кожне твердження за 5-бальною шкалою Лайкерта — від «ніколи» до «завжди». Загальний бал за методикою дозволяє класифікувати респондентів за рівнем інтернет-залежності: від відсутності або низького рівня до помірного та високого ступеня.

Використання цього інструменту є доцільним у контексті вивчення старших підлітків, оскільки саме в цьому віковому періоді значно зростає кількість часу, проведеного в онлайн-середовищі, а також формуються моделі поведінки, які можуть набувати залежного характеру. Надійність і валідність тесту неодноразово підтверджені в емпіричних дослідженнях, у тому числі й у вітчизняних адаптаціях.

Результати, отримані за допомогою тесту К. Янг, дозволяють не лише оцінити загальний рівень інтернет-залежності у підлітків, але й надати емпіричну основу для подальшого кореляційного аналізу з результатами інших психодіагностичних методик, зокрема у виявленні зв'язку з агресивною поведінкою.

Для вимірювання рівня агресивності в підлітковому середовищі було застосовано опитувальник Басса-Дарки, який є одним із найвідоміших та

найчастіше використовуваних інструментів у дослідженні проявів агресивної поведінки. Методика створена Арнольдом Басом і Альбертом Даркі та адаптована вітчизняними психологами для використання у школах і в закладах освіти.

Опитувальник складається з 75 тверджень, кожне з яких оцінюється респондентом за принципом «так» або «ні». Методика дозволяє виявити вісім основних параметрів агресивної та ворожої поведінки, які об'єднуються у дві узагальнені категорії:

- Агресія, що включає фізичну агресію, вербальну агресію, непрямую агресію та роздратування;
- Ворожість, що охоплює негативізм, образливість, підозрілість і почуття провини.

Такий поділ дає змогу не лише визначити загальний рівень агресивності, але й проаналізувати структуру агресивної поведінки, що є надзвичайно важливим для глибшого розуміння психологічних наслідків надмірного користування соціальними мережами.

Методика є валідною для підліткової вікової категорії, зокрема старшокласників, і вже неодноразово використовувалась у шкільному середовищі в контексті дослідження девіантної поведінки, булінгу, конфліктності та інших проявів деструктивної комунікації. Її застосування у нашому дослідженні є доцільним, оскільки вона дозволяє виявити навіть латентні форми агресії, які можуть проявлятися у вигляді емоційного напруження або внутрішнього конфлікту.

Поєднання цієї методики з результатами тесту К. Янг дозволяє провести кількісний аналіз зв'язку між інтернет-залежністю та агресивністю на основі достовірних і психометрично обґрунтованих показників.

Емпіричне дослідження проводилося у три основні етапи, що відповідали загальній логіці наукового експерименту в галузі психології.

Перший етап – *підготовчий* – включав організаційно-методичну роботу: узгодження дослідження з адміністрацією закладу освіти, підготовку

інформаційних матеріалів для батьків респондентів, отримання письмових інформованих згод на участь у дослідженні неповнолітніх осіб. Також на цьому етапі здійснювалась розробка авторської анкети та адаптація вибраних психодіагностичних методик до особливостей шкільного середовища.

Другий етап – *польове дослідження* – полягав у безпосередньому зборі емпіричних даних. Усі дослідження відбувалися в умовах освітнього закладу в присутності психолога та з дотриманням етичних норм, конфіденційності та добровільності участі. Респонденти заповнювали анкету, проходили тест Кімберлі Янг та відповідали на питання опитувальника Басса-Дарки. Усім учасникам надавались чіткі інструкції перед початком роботи з кожним із інструментів.

Третій етап – *аналітичний* – передбачав кількісну обробку отриманих результатів з метою перевірки гіпотези. Для статистичного аналізу було використано програмне забезпечення Microsoft Excel, що дозволило ефективно організувати масив даних та здійснити обчислення кореляційних зв'язків.

Зважаючи на числовий характер отриманих шкальних показників (балів) за тестом інтернет-залежності та рівнем агресивності, обрано коефіцієнт кореляції Пірсона як основний статистичний критерій. Його використання є обґрунтованим, оскільки дозволяє визначити силу та напрям зв'язку між двома кількісними змінними. У випадку виявлення статистично значущої позитивної кореляції між рівнем інтернет-залежності та рівнем агресивності, це буде слугувати підтвердженням висунутої гіпотези.

Застосування комплексного підходу в даному дослідженні, а саме поєднання авторської анкети, стандартизованих психодіагностичних методик та математично обґрунтованого статистичного аналізу, забезпечує надійність отриманих результатів. Це дозволяє з достатнім ступенем обґрунтованості робити висновки щодо потенційного впливу соціальних мереж на формування агресивності в підлітковому віці.

3.2. Опис і аналіз результатів дослідження

Застосування авторської анкети в рамках емпіричного дослідження дозволило деталізувати характеристику вибірки та виявити особливості використання соціальних мереж підлітками. Отримані результати представлено в Табл. 3.1.

Таблиця 3.1

Результати анкетування підлітків щодо використання соціальних мереж (у %)

Питання	Варіант відповіді	%
Наявність акаунтів у соцмережах	Так	100 %
Найпопулярніші соцмережі	TikTok	85 %
	Instagram	78 %
	Telegram	66 %
Середній час у соцмережах на день	1–2 год	21 %
	3–4 год	43 %
	понад 4 год	36 %
Основна мета використання соцмереж	Розваги	62 %
	Спілкування	55 %
	Навчання	31 %
Відчувають роздратування при обмеженні доступу до соцмереж	Так	67 %
Мали конфлікти через надмірне використання соцмереж	Так	49 %
Пробували обмежити власний час у мережі	Так	28 %
Відчувають зміни настрою після тривалого використання соцмереж	Так (погіршується)	54 %
	Ні	46 %
Виникали агресивні емоції під час взаємодії в соцмережах	Так	39 %
Схильні до агресивного спілкування або суперечок в соцмережах	Так	26 %
Часто користуються соцмережами ввечері/вночі	Так	58 %
Суб'єктивна оцінка рівня залежності від соцмереж	Низький	15 %
	Середній	49 %
	Високий	36 %

Аналіз результатів авторської анкети дозволяє зробити низку важливих висновків щодо характеру взаємодії підлітків із соціальними мережами. Усі опитані респонденти підтвердили наявність акаунтів у соціальних мережах, що свідчить про майже абсолютну інтегрованість даного каналу комунікації в життя сучасного старшокласника. Найбільш популярними платформами серед підлітків є TikTok, Instagram та Telegram, що узгоджується з актуальними тенденціями цифрового середовища.

Суттєвим є той факт, що понад третина респондентів проводять у соціальних мережах понад чотири години щоденно, що потенційно може свідчити про розвиток форм залежної поведінки. Основними мотивами взаємодії з цифровим середовищем є розваги та соціальна взаємодія, а освітній компонент відступає на другий план. У 67 % підлітків фіксується емоційна реакція роздратування при обмеженні доступу до мережі, що є типовою характеристикою початкових форм інтернет-залежності.

Тривожним симптомом є те, що 54 % учнів повідомили про погіршення настрою після тривалого користування соцмережами, а майже кожен другий респондент (49 %) визнає наявність конфліктів із батьками або педагогами через надмірне використання мереж. Понад третина учасників (39 %) зіштовхувались із проявами агресивних емоцій у віртуальному середовищі, що може виступати як один із чинників формування загальної деструктивної поведінки.

Узагальнюючи, можна зробити висновок, що авторська анкета виявила значне навантаження цифрового середовища на емоційно-поведінкову сферу підлітків, що створює передумови до подальшого формування адиктивних і агресивних тенденцій.

На другому етапі респондентам було запропоновано до проходження тест Кімберлі Янг, який дозволяє визначити рівень інтернет-залежності на основі кількісної оцінки характерних поведінкових і психологічних проявів. Отримані результати представлено в Таблиці 3.2.

**Розподіл підлітків за рівнями інтернет-залежності
за методикою К. Янг (у %)**

Рівень інтернет-залежності	К-ть респондентів	Результати у %
Відсутність або дуже низький	9	14,75 %
Помірний рівень залежності	29	47,54 %
Високий рівень залежності	23	37,70 %

Отримані результати графічно представлено на Рис. 2.1.

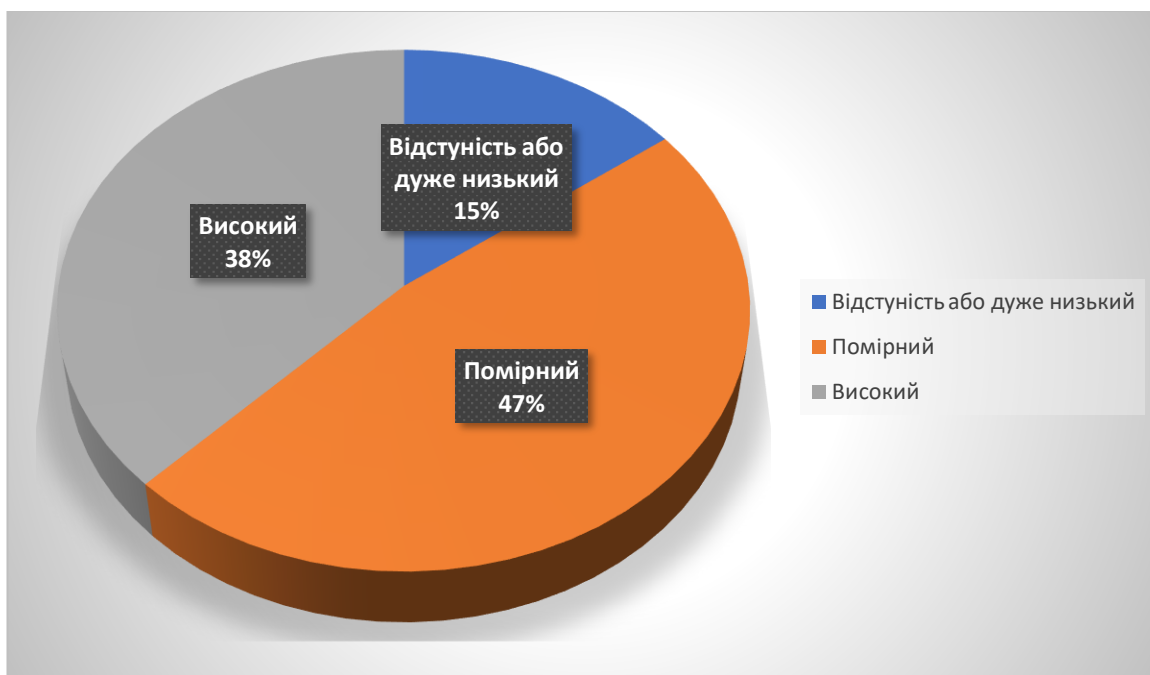


**Рис. 2.1. Розподіл підлітків за рівнями інтернет-залежності
за методикою К. Янг (у %)**

Отримані дані засвідчили наявність значної поширеності помірного та високого рівнів інтернет-залежності серед підлітків старшого шкільного віку. Так, лише 14,75 % опитаних демонструють мінімальний рівень цифрової залежності, тоді як переважна більшість респондентів (85,25 %) виявили ознаки помірного або високого рівня залученості до інтернет-активності.

Найбільша частка – 47,54 % – припадає на підлітків із помірним рівнем залежності, що є тривожним показником. Такий рівень, як правило, супроводжується частим використанням соціальних мереж, зниженням

самоконтролю в управлінні часом, емоційною залежністю від онлайн-комунікації та наявністю труднощів при спробах зменшити активність у мережі.

Особливу увагу заслуговує частка осіб з високим рівнем інтернет-залежності, яка становить 37,70 %. Це свідчить про те, що понад третина вибірки перебуває в зоні ризику, що може мати негативні наслідки як для психоемоційного розвитку, так і для загальної соціальної адаптації. Високий рівень за методикою К. Янг зазвичай супроводжується компульсивною поведінкою, вираженою фрустрацією у разі обмеження доступу до Інтернету та помітним порушенням сну, навчання чи комунікативної активності в реальному середовищі.

Узагальнюючи, можемо констатувати, що інтернет-залежність, особливо у помірних та високих проявах, є актуальною психологічною проблемою серед підлітків досліджуваної вибірки та потребує подальшого вивчення її впливу на інші аспекти особистісного функціонування — зокрема, на схильність до агресивної поведінки.

У рамках психодіагностичного дослідження на третьому етапі респондентам було запропоновано до проходження методик вимірювання агресивності Басса-Дарки. Ця методика дозволила виявити як загальний рівень агресивності, так і структуру її проявів серед старшокласників. Отримані результати представлено в Таблиці 3.3.

Таблиця 3.3

**Розподіл підлітків за шкалами агресивності
за методикою Басса-Дарки (у %)**

Шкала агресивності	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
Фізична агресія	22,95 %	49,18 %	27,87 %
Вербальна агресія	36,07 %	42,62 %	21,31 %
Непряма агресія	27,87 %	50,82 %	21,31 %
Негативізм	19,67 %	44,26 %	36,07 %
Образливість	31,15 %	45,90 %	22,95 %
Підозрілість	24,59 %	40,98 %	34,43 %

Шкала агресивності	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
Роздратування	42,62 %	36,07 %	21,31 %
Почуття провини	13,11 %	26,23 %	60,66 %
Загальний рівень агресії	32,79 %	47,54 %	19,67 %

Отримані результати для більшої наочності графічно представлено на Рис. 2.2.

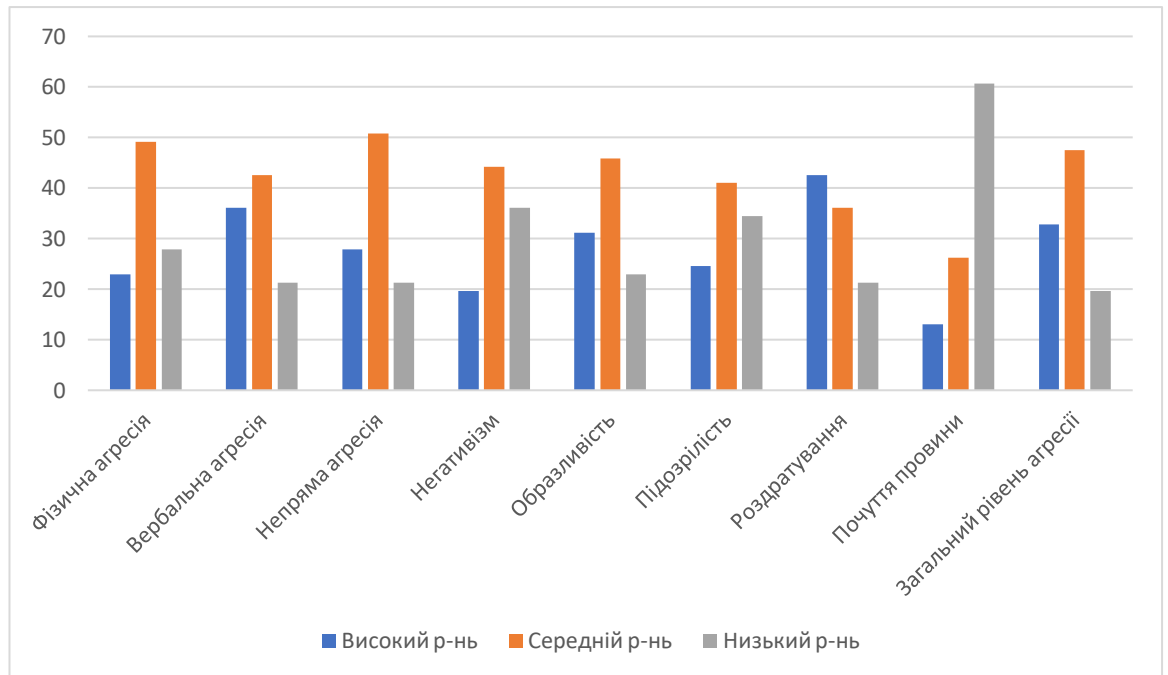


Рис. 2.2. Розподіл підлітків за шкалами агресивності за методикою Басса-Дарки (у %)

Аналіз даних, отриманих за методикою Басса-Дарки, засвідчує високий рівень актуалізації агресивних тенденцій у значної частини підлітків. Загальний рівень агресивності у високому діапазоні спостерігається у 32,79 % респондентів, а ще 47,54 % демонструють середній рівень, що свідчить про поширеність агресивних проявів як стійкої риси поведінки у старшокласників.

Найвищі показники зафіксовано за шкалами роздратування (42,62 % високого рівня) та вербальної агресії (36,07 %), що є типовими для підліткового віку та корелюють із комунікативним стилем у цифровому середовищі. Високий рівень роздратування, ймовірно, пов'язаний із низькою толерантністю до фрустрації, що може підсилюватися за рахунок тривалого

використання соціальних мереж та швидкої зміни стимулів у них. Вербальна агресія, зокрема в цифровому форматі (коментарі, повідомлення), є соціально більш прийнятною формою вираження негативних емоцій, що пояснює її часту актуалізацію.

Помітно вираженими є також непряма агресія (27,87 % високий рівень) та образливість (31,15 %), які вказують на схильність до прихованих або пасивно-агресивних форм поведінки. Показники за шкалою фізичної агресії є нижчими, але все ж у 22,95 % респондентів присутній високий рівень, що може свідчити про ризики деструктивної поведінки в офлайн-середовищі.

Найнижчі показники виявлено за шкалою почуття провини: лише 13,11 % респондентів демонструють його високий рівень. Це може вказувати на низький рівень саморефлексії та критичності до власної агресивної поведінки серед опитаних.

Узагальнюючи, можна стверджувати, що агресивність серед старших підлітків є вираженою у різних формах, причому домінують саме ті прояви, які найбільш тісно пов'язані з комунікативною поведінкою у цифровому просторі.

З метою визначення взаємозв'язку між досліджуваними показниками нами було проведено кореляційний аналіз за критерієм Пірсона, результати якого подано в Табл. 3.4.

Таблиця 3.4

Коефіцієнти кореляції Пірсона між рівнем інтернет-залежності та показниками агресивності

Показники (змінні)	r (коефіцієнт Пірсона)	Статистична значущість (p)
Інтернет-залежність ↔ Загальний рівень агресії	0,61	p < 0,01
Інтернет-залежність ↔ Вербальна агресія	0,58	p < 0,01
Інтернет-залежність ↔ Роздратування	0,63	p < 0,01

Показники (змінні)	r (коефіцієнт Пірсона)	Статистична значущість (p)
Інтернет-залежність ↔ Образливість	0,47	$p < 0,05$
Інтернет-залежність ↔ Підозрілість	0,32	$p < 0,05$
Інтернет-залежність ↔ Почуття провини	-0,11	$p > 0,05$

Результати кореляційного аналізу підтверджують наявність статистично значущого позитивного зв'язку між рівнем інтернет-залежності підлітків та рівнем їх агресивності. Зокрема, коефіцієнт Пірсона між загальним показником інтернет-залежності та загальним рівнем агресії становить $r = 0,61$, що свідчить про середній, але виражений позитивний кореляційний зв'язок. Цей зв'язок є високозначущим ($p < 0,01$), що дозволяє зробити висновок про наукову достовірність результатів.

Особливо сильний кореляційний зв'язок виявлено між рівнем інтернет-залежності та роздратуванням ($r = 0,63$; $p < 0,01$), що цілком логічно, враховуючи вплив безперервної цифрової стимуляції на зниження фрустраційної толерантності підлітків. Також високий коефіцієнт виявлено між інтернет-залежністю та вербальною агресією ($r = 0,58$; $p < 0,01$), що свідчить про зростання схильності до агресивної комунікації в умовах постійної онлайн-активності.

Кореляції середньої сили зафіксовано між інтернет-залежністю та такими шкалами, як образливість ($r = 0,47$) та підозрілість ($r = 0,32$), що вказує на розвиток ворожих емоцій і підвищеної чутливості до соціальних взаємодій. Водночас негативна, але незначуща кореляція з почуттям провини ($r = -0,11$; $p > 0,05$) вказує на те, що в осіб із вищим рівнем інтернет-залежності не простежується збільшення внутрішньої критичності або каяття за власні агресивні дії.

Таким чином, результати кореляційного аналізу підтверджують робочу гіпотезу дослідження: чим вищий рівень інтернет-залежності у підлітків, тим

більш вираженими є прояви агресивної поведінки, особливо в її вербальній та емоційно-реактивній (роздратування) формах.

Висновки до третього розділу

Аналіз емпіричних даних, отриманих у ході дослідження, дозволяє зробити низку науково обґрунтованих висновків щодо взаємозв'язку між активністю підлітків у соціальних мережах, рівнем інтернет-залежності та проявами агресивної поведінки.

По-перше, результати авторської анкети засвідчили високий рівень залученості підлітків до цифрового середовища, зокрема соціальних мереж. Абсолютна більшість респондентів проводить у мережі понад дві години щодня, із переважною мотивацією – розваги та комунікація. Спостерігається також зниження самоконтролю в управлінні часом користування, а значна частка підлітків фіксує роздратування та емоційну нестабільність у разі обмеження доступу до Інтернету.

По-друге, за результатами тесту Кімберлі Янг було встановлено, що 85,25 % респондентів демонструють помірний або високий рівень інтернет-залежності, що є критично важливим психологічним маркером сучасного підліткового розвитку. Такі результати підтверджують тенденцію до поступового зміщення центру соціальної активності підлітків у бік онлайн-простору.

По-третє, методика Басса-Дарки виявила, що агресивна поведінка серед підлітків є поширеним явищем, і в більшості випадків представлена саме в її соціально-медіованих формах: роздратування, вербальна агресія, образливість. Високі показники за цими шкалами дозволяють припустити, що саме цифрові канали комунікації можуть сприяти або підсилювати схильність до агресивних реакцій.

Найбільш значущим є те, що кореляційний аналіз засвідчив наявність середнього за силою, але статистично значущого позитивного зв'язку між рівнем інтернет-залежності та загальним рівнем агресивності ($r = 0,61$, $p <$

0,01). Найтісніший взаємозв'язок виявлено між інтернет-залежністю та роздратуванням, що підкреслює важливість врахування емоційно-реактивного компоненту в аналізі поведінки підлітків, залучених до цифрового середовища.

Таким чином, отримані результати підтверджують основну гіпотезу дослідження: підвищений рівень інтернет-залежності корелює з більш вираженою агресивністю серед підлітків. Це свідчить про необхідність системного підходу до формування навичок цифрової гігієни, розвитку емоційної саморегуляції та критичного ставлення до цифрових стимулів у підлітковому віці. З огляду на актуальність проблеми, результати дослідження мають важливе значення для практичної психології, профілактичної роботи в закладах освіти та формування здорового цифрового середовища для молоді.

ВИСНОВКИ

У процесі виконання кваліфікаційної роботи було здійснено комплексне теоретико-емпіричне дослідження, спрямоване на вивчення особливостей впливу соціальних мереж на формування агресивної поведінки у підлітків старшого шкільного віку. Результати дослідження дозволили поглибити розуміння цього феномену як з позицій сучасної наукової парадигми, так і в контексті прикладної психології розвитку.

Аналіз теоретико-методологічних підходів дозволив встановити, що проблема впливу цифрового середовища на психологічне функціонування особистості є предметом міждисциплінарного наукового інтересу, в межах якого агресивність розглядається як багатофакторне утворення, що формується внаслідок взаємодії соціальних, когнітивних, емоційних і поведінкових чинників. Виявлено, що соціальні мережі, як особливий канал комунікації, не лише трансформують структуру міжособистісних взаємодій, а й можуть виступати тригером фрустраційних і агресивних реакцій у підлітків. Теоретичне осмислення проблеми спиралося на концепції соціального наuczіння, фрустраційної агресії, когнітивно-поведінкові моделі, а також підходи медіапсихології та цифрової соціалізації.

У процесі аналізу ступеня розробленості проблеми було виявлено зростаючий інтерес до взаємозв'язку між віртуальною поведінкою і деструктивними формами комунікації у підлітковому віці. Вітчизняні та зарубіжні дослідники зосереджують увагу на феноменах кібербулінгу, інтернет-залежності, емоційного виснаження, цифрового перенасичення та викривленого сприйняття соціальної реальності внаслідок медіавпливів, що підтверджує значущість та актуальність обраної тематики.

Уточнення понятійно-категоріального апарату дозволило чітко визначити зміст ключових термінів дослідження – «агресивність», «соціальні мережі», «інтернет-залежність», «цифрова поведінка», – і розмежувати їх у відповідності до сучасної психологічної класифікації. Агресивність у роботі

розглядається не як ізольована риса, а як контекстуально зумовлена поведінкова модель, що активується в умовах емоційної напруги, фрустрації або порушення меж особистісного простору, зокрема в онлайн-взаємодії.

Вивчення соціально-психологічних чинників агресії дало змогу виявити низку зовнішніх і внутрішніх детермінант її розвитку, серед яких центральне місце посідають особливості середовища цифрової соціалізації, зокрема: зниження рівня емпатії, деперсоналізація спілкування, дефіцит емоційного зворотного зв'язку та толерантність до проявів насильства у віртуальному просторі. Психологічні особливості комунікації підлітків у соціальних мережах, виявлені на основі теоретичного та емпіричного аналізу, засвідчили зміщення акцентів з рефлексивного, глибокого спілкування на реактивну, імпульсивну взаємодію, що створює передумови для підвищення агресивних проявів.

Результати емпіричного дослідження підтвердили висунуту гіпотезу щодо позитивного взаємозв'язку між рівнем інтернет-залежності та агресивністю. У досліджуваній вибірці виявлено переважання помірної та високої рівнів інтернет-залежності, а також значну частку респондентів із середнім та високим рівнем загальної агресивності, з домінуванням вербально-комунікативних форм. Статистичний аналіз із використанням коефіцієнта кореляції Пірсона продемонстрував наявність значущих зв'язків між рівнем інтернет-залежності та такими компонентами агресії, як роздратування, вербальна агресія, образливість, що дозволяє стверджувати про наявність поведінкової взаємозалежності між досліджуваними змінними.

Узагальнюючи, слід зазначити, що результати роботи мають як теоретичну, так і практичну значущість, сприяючи подальшому розумінню специфіки впливу цифрових комунікацій на психосоціальний розвиток підлітків та слугуючи підґрунтям для формування ефективних профілактичних і корекційних стратегій у сфері психологічного супроводу молоді.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алексеєнко Ю. О. Соціальні медіа як основа інформаційно-мережевого суспільства. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Сер. Філологія. Журналістика*. 2021. № 2. Ч. Т. 32 (71). С. 204-208.
2. Асєєва Ю.О. Психологічні засади кіберадикцій в підлітковому та юнацькому віці : дис. ... док. псих. наук : 19.00.07. Одеса, 2021. 532 с.
3. Асланян Т. С. Его-стани особистості Інтернет-залежність підлітків. *Psychological Prospects Journal*. 2012. № 19. С. 3-11.
4. Бабич А. О. Чинники виникнення агресії у підлітків. *Освіта і наука - 2023 : збірник наукових праць учасників звітно-наукової конференції студентів та аспірантів Факультету психології Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, 3-7 квітня 2023 року.* / Ред. колегія: Л.М. Вольнова. Київ, 2023. с. 18-19.
5. Безлюдна В. І., Осьмак Л. П. Психологічний аналіз когнітивно-мотиваційних основ взаємодії підлітків з однолітками. *Психологія: реальність і перспективи*. 2019. № 12. С. 20-26.
6. Белякова С. М. Соціально-психологічні особливості розвитку особистості сучасного підлітка. *Молодий вчений*. 2018. № 5(2). С. 454-458.
7. Бугайова Н. М Профілактика Інтернет-залежності в перебігу електронного навчання. *Theory and methods of e-learning*. 2010. № 1. С.24-28.
8. Ванда М. А. Бондаренко Н. Б. Інтернет-залежність: передумови, ознаки та ризики для підлітків. *Psychology & Psychosocial Interventions*. 2019. № 2. С. 37-42.
9. Вітюк Н. Кібербулінг як загроза психологічній безпеці особистості школяра. *Вісник Прикарпатського університету. Сер. Філософські і психологічні науки*. 2015. Вип. 19. С. 129-138.

- 10.Вовк Г. А., Пакушина Л. З. Характеристика видів булінгу та його прояви серед старшокласників. *Актуальні проблеми природничих і гуманітарних наук у дослідженнях молодих учених «Родзинка – 2019»* : матеріали доп. учасн. XXI Всеукр. наук. конференції молодих учених. 2019. С. 359-360.
- 11.Волков В. О. Проблема розвитку інтернет-залежності підлітків у просторі комп'ютерних ігор. *Вісник ЛНУ ім. Тараса Шевченка*. 2009, № 9. С. 190-200.
- 12.Волошина Т. А. Психологічні особливості міжособистісного спілкування у підлітковому віці. *Синергетичний підхід до проектування життєвого простору особистості* : зб. наук. матеріалів Міжнарод. наук.-практ. онлайн-конф., 27-28 квітня 2021 року. Полтава, 2021. С. 52-56.
- 13.Гостудим М. Психологічні аспекти інтернет-залежності. *Збірник наукових праць викладачів, аспірантів, магістрантів і студентів фізико-математичного факультету*. Полтава : ТОВ «АСМІ», 2014. С. 410-411.
- 14.Данієлян Л. В. Вплив онлайн-ігор на особистість. *Український соціум: соціально-політичний аналіз сучасності та прогноз майбутнього* : зб. матеріалів XXII Всеукр. наук. конф., 1 грудня 2020 року. Харків : Право, 2020. С. 138-141.
- 15.Дегтяренко Т. В. Бондаренко О. В. Вплив рівня інтернет-залежності на факторну структуру особистості: розкриття складових інтернет-залежності. *Психологічний простір особистості в звичайних та надзвичайних умовах сучасності* : зб. матеріалів доп. Всеукр. наук.-практ. конф., 19–20 травня 2023 р. Одеса : ФОП Бєлий А. Є., 2023. С. 65-71.
- 16.Длугопольська Т. Соціальні мережі: сутність, роль та класифікація. 2022.

URL:

<http://dspace.wunu.edu.ua/bitstream/316497/48522/1/Длугопольська%20Тетяна%20%28167-169%29.pdf> (дата звернення: 08.03.2025).

17. Журавльова Л. П., Камінська О. В. Чинники та механізми інтернет-залежності від онлайн-ігор. *Наука і освіта*. 2013. № 7. С. 44-48.
18. Завадська М.С. Психологія агресивної поведінки підлітків. *Розвиток професійної майстерності педагога в умовах нової соціокультурної реальності* : зб. матеріалів доп. учасн. II Міжнар. наук.-практ. конф., 11-12 квітня 2019 року. Тернопіль, 2019. Част. 1. С. 197-199.
19. Іванов В. Основні теорії масової комунікації і журналістики : навч. посібн. Київ: Центр Вільної Преси, 2010. 258 с.
20. Ільчук Ю. Особливості соціальної профілактики ігрової залежності в молодіжному середовищі. *Соціальна робота: становлення, перспективи, розвиток* : зб. матер. доп. учасн. Всеукр. наук.-практ. конф., 9 листопада 2022 р. Львів : ЛДУ БЖД, 2022. С. 146-150.
21. Камінська О. В. Інтернет-залежність як актуальна проблема сьогодення. *Наукові записки Національного університету Острозька академія. Серія Психологія і педагогіка*. 2013. № 22. С. 41-45.
22. Камінська О. В. Характеристика психологічних особливостей інтернет-залежності. *Проблеми сучасної психології* : зб. наук. праць. 2013. Вип. 20. С. 242-252.
23. Камінська О. Результати емпіричного дослідження інтернет-залежності за допомогою авторської проєктивної методики “Я в Інтернеті”. *Вісник Інституту розвитку дитини. Серія Філософія, педагогіка, психологія*. 2014. Вип. 31. С. 124-129.
24. Касич В., Костю С. Психологічні особливості прояву агресії у підлітковому віці. *Соціальна адаптація особистості в сучасному суспільстві, ортобіоз та паліативна допомога* : матеріали доп. учасн. IX наук.-практ. інт.-конф., 28 листопада - 02 грудня 2022 року. Луцьк : ПП Іванюк В. П., 2022. С. 20-23.

- 25.Квіт С. Масові комунікації. – Друге вид., виправ. і допов. – Київ : Видав. дім «Києво-Могилянська академія», 2018. – 352 с.
- 26.Келеман А. Д. Профілактика ігрової залежності підлітків. *Юність науки – 2018: соціально-економічні та гуманітарні аспекти розвитку суспільства* : зб. Міжнар. наук.-практ. конф., 11-12 квітня 2018 року. Чернігів: Черніг. нац. технол. ун-т, 2018. Ч. 2. С. 43-45.
- 27.Козира П. В., Багрій В. В. Ігрова залежність: визначення, класифікація та діагностика. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Сер. психологічна*. 2023. № 1. С. 54-61.
- 28.Коkun О.М., Мороз В.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С. Діагностика схильності військовослужбовців до ігрової залежності : метод. посіб. Київ : 7БЦ, 2022. 144 с.
- 29.Косюк О. М. Нове поняття масової комунікації:теоретико-термінологічний аспект. *Virtus : scientific Journal*. 2019. № 32. С. 234-241.
- 30.Косюк О. Теорія масової комунікації : навч. посібн. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2012. 384 с.
- 31.Левченко В. О. Явище Інтернет-залежності у студентів. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2019. № 9. С. 281-286.
- 32.Лопатін С. В. Особливості агресивної поведінки підлітків з риним рівнем самооцінки. *Актуальні питання сучасної науки і освіти* : зб. тез доп. учасн. Всеукр. наук.-практ. конф., 21-23 травня 2019 року. Слов'янськ, 2019. Вип. 5. С. 88-91.
- 33.Малоголова О. Інтернет-залежність та її вплив на підлітків. *Актуальні проблеми психології*. 2019. Вип. 54. Т. 1. С. 89-94.
- 34.Матюх А. Фриз І. В. Дослідження комп'ютерної залежності у підлітків. *Проблеми сучасної психології* : збірник наукових праць. 2015. С. 95-100.
- 35.Мельничук М. Статеві відмінності агресивної поведінки дітей підліткового віку. *Молодий вчений*. 2021. № 4 (92). С. 171-174.

36. Міщенко О. Е., Кротенко В. І. Переосмислення поняття інтернет-залежності в епоху цифрової трансформації суспільства. *Соціальні та культурні європейські студії: соціальні інновації для України* : зб. доповідей учасн. Міжнар. наук.-практ. конф., 26 квітня 2023 року. Київ, 2023. С. 153-157.
37. Можаровська Т. В. Структурно-динамічна модель розвитку екологічної свідомості. *Наука і освіта*. 2016. № 5. С. 124-130.
38. Мойсеєва О. Є. Історико-психологічний аналіз феномену агресії. *Психологічні науки* : зб. наук. праць. 2013. Вип. 10 (91). Т. 2. С. 211-216.
39. Мокряк М.О. Засоби масової інформації як кримінологічний феномен: генезис наукової думки. *Порівняльно-аналітичне право*. 2017. № 4. С. 235-239.
40. Немеш О. М. Психологічні дослідження Інтернет-залежності. *Технології розвитку інтелекту*. 2014. № 6. Т. 1. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/tri_2014_1_6_16.
41. Носатий О. Дослідження особливостей психологічної залежності підлітків від рольових комп'ютерних ігор. *Студентський науковий вісник*. 2016. № 40. С. 130-131.
42. Олефір Я. Ю. Чинники комп'ютерної залежності у підлітковому віці. *Збірник наукових доробків студентів-дослідників факультету психології та соціальної роботи*. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2016 Вип. 7. С. 106-109.
43. Пасічний Р. Я. Вплив сучасної російської пропаганди на країни Європи. *Вісник НТУУ «КПІ». Сер. Політологія. Соціологія. Право*. 2021. Вип. 2 (50). С. 70-75.
44. Педорич А. Інформаційна гігієна як складова здорового способу життя. *Сучасні проблеми здоров'я та здорового способу життя у педагогічній освіті*. 2024. Вип. 25 (181). С. 226-231.

- 45.Петрунько О., Телешун К. Інтернет-залежність дорослих користувачів та можливості її профілактики. *Вчені записки Університету «КРОК»*.2022. № 4. С. 91-99.
- 46.Пода Т.А. Соціокультурні аспекти феномена інтернет-залежності. *Вісник Національного авіаційного університету. Серія: Філософія*.Київ: НАУ, 2018. Вип. 2. С. 107-112.
- 47.Подоряко А. Р. Кібербулінг: його види та відмінність від невіртуального булінгу. *Партнерська взаємодія у системі інститутів соціальної сфери* : збірник матеріалів V Міжнародної науково-практичної конференції, 26 листопада 2024 р. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2024. С. 42-44.
- 48.Посохова В. В. Комунікативні характеристики особистості, схильної до інтернет-залежності. *Наук. студії із соц. та політ. Психології* : зб. ст. Київ: Міленіум, 2005. С. 209-219.
- 49.Приходько М. М. Соціально-психологічні чинники агресивної поведінки підлітків. *Освіта і наука - 2023* : зб. наук. праць учасн. звітної наук. конф. студентів та аспірантів Факультету психології Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, 3-7 квітня 2023 року. Київ, 2023. С. 238-240.
- 50.Рачкова Л. Самооцінка як чинник міжособистісного спілкування у підлітковому віці. *Науковий простір студента: пошуки і знахідки* : матеріали доп. учасн. VII Всеукр. наук.-практ. студ. інтернет-конф., 12 травня 2020 року. Київ: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2020. Част. 2. С. 274-278.
- 51.Розлуцька, Г. М. Вивчення проблеми Інтернет-залежності: аналіз результатів експериментального дослідження. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія Педагогіка. Соціальна робота*. Ужгород : Видавництво УжНУ «Говерла», 2012. Вип. 24. С. 133-137.
- 52.Рубан А. Вплив соціальних мереж на формування ідентичності підлітків та молоді. *Науковий вісник Ізмаїльського державного гуманітарного*

- університету : збірник наукових праць. Сер. Педагогічні науки. Ізмаїл : РВВ ІДГУ, 2021. Вип. 56. С. 213-220.
- 53.Сбітнаєва І. С. Діагноз – інтернет-залежність підлітка. *Педагогічний альманах*. 2015. № 27. С. 223-227.
- 54.Сич О. О. Мотивація агресивної поведінки підлітків. *Соціально-психологічні технології розвитку особистості* : зб. наук праць за матеріалами VIII Усеукраїнської науково-практичної конференції молодих вчених, аспірантів та студентів, 07 квітня 2023 року / ред. колегія : І. Р. Крупник, І. С. Попович, Н. І. Тавровецька, О. М. Танасійчук (відп. за випуск) та ін. Херсон : ХДУ, 2023. С. 288-294.
- 55.Сінчук Г. О. Психологічні особливості агресивності в підлітковому віці. *Внутрішній світ особистості* : зб. матеріалів Х Ювілейної міжнар. наук.-практ. конф., 5-6 листопада 2020 року. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2020. С. 152-154.
- 56.Сосновська І. Ю. Причини агресивної поведінки підлітків. *Актуальні проблеми реформування дошкільної та початкової освіти України у контексті євроінтеграційних процесів* : зб. тез виступів учасників II Всеукр. наук.-практ. конф., 10 груд. 2019 року. Рівне : МЕГУ, 2019. -С. 330-333.
- 57.Справцева К. Психологічні аспекти самопрезентації у соціальних мережах: роль аудиторії та стратегії впливу. *Collection of Scientific Papers «SCIENTIA»*, June 14, 2024. Lisbon, 2024. С. 150–152.
- 58.Справцева К. С. Психологічний аналіз структурних компонентів образу «я» у візуальній самопрезентації. *Наукові перспективи*. 2024. № 6 (48). С. 1013-1023.
- 59.Степаненко О. Г. Визначення поняття «кібербулінг» у сучасній науковій думці. *Science, theory and practice* : The XXIX International Science Conference, June 08 – 11, 2021. Tokyo, 2021. С. 505-509.

60. Терновець О. М. Особливості Інтернет-залежності дітей-соціальних сиріт. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Сер. Педагогічні науки*. 2013. № 13. Ч. IV. С. 119-125.
61. Тимків Л. Психологічні причини проявів інтернет-залежності у підлітків. *Теоретичні, методичні та практичні проблеми соціальної роботи* : зб. доповідей IV Всеукр. наук.-практ. конф., 19 квітня 2019 року. Івано-Франківськ: НАІР, 2019. С. 210-213.
62. Цехмейструк Р. В., Гарачковська О. О. Інформаційні бульбашки та поляризація: наслідки алгоритмічного відбору новин. *Science and technology: challenges, prospects and innovations* : The 3rd International scientific and practical conference, November 1-3, 2024. Osaka, 2024. Р. 408-411.
63. Цумарева Н. Емоції мого життя в часи суспільних трансформацій: підтримка емоційного благополуччя. *Простір арттерапії: місце особистості в часи суспільних трансформацій* : матеріали XIX Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції, 17–18 червня 2022 р. Київ, 2022. С. 187-190.
64. Чайка Г. В. Психологічні особливості Я-концепції комп'ютерних гравців: дис. ... канд. пс. наук : 19.00.01 / Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ, 2017. 212 с.
65. Чалабієва М.Р. Поняття соціальних мереж як особливого виду електронних засобів масової інформації. *Молодий вчений*. 2019. № 8 (72). С. 125-129.
66. Чекулаєв Б. Вплив кібербулінгу та анонімності в цифровому просторі на підліткову агресію та злочинність. *Студії з інформаційної науки, соціальних комунікацій та філології в сучасному світі* : зб. матер. II Всеукраїнської наук.-практ. конф. з міжнародною участю, 24 жовтня 2024 р. Київ : МДУ, 2024. С. 85-88.

- 67.Шайда Н., Геєнко С. Психологічні особливості міжособистісного спілкування підлітків. *Гуманізація навчально-виховного процесу : наук.-метод. збірник. Сер. Психологія*. 2006. Вип. XXXI. С. 294-298.
- 68.Шугайло Я. В. Інтернет-залежність та проблема її профілактики серед дітей та підлітків. *Вісник Запорізького національного університету. Серія Педагогічні науки*. 2015. № 2. С. 17-24.
- 69.Щербатюк О. В. Багатовимірність у вивченні агресивності. *Забезпечення психологічної допомоги в секторі Сил оборони України : зб. тез Всеукр. міжвід. психол. форуму, 30 червня 2022 р. Київ: «Вид-во Людмила», 2022. С. 216-218.*
- 70.Яворський, А. Е. Психологічні особливості міжособистісної взаємодії підлітків з батьками. *Сучасні освіта: методологія, теорія, практика : матеріали доп. учасн. VI Всеукр. наук.-практ. конф., 25 квітня 2023 року. Дніпро, 2023. С. 94-96.*
- 71.Anderson C. A., Bushman B. J. Effects of Violent Video Games on Aggressive Behavior, Aggressive Cognition, Aggressive Affect, Physiological Arousal, and Prosocial Behavior: A Meta-Analytic Review of the Scientific Literature. *Psychological Science*. 2001. Vol. 12. № 5. P. 353–359.
- 72.Berkowitz L. Aggression: Its causes, consequences, and control. New York : McGraw-Hill, 1993. 485 p.
- 73.Coyne S. M., Nelson D. A., Graham-Kevan N., Keister E., Grant D. M. Mean on Screens: Social Aggression in Programs Popular With Children and Adolescents. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*. 2019. Vol. 63. № 3. P. 409–427.
- 74.Engelhardt C. R., Bartholow B. D., Kerr G. T., Bushman B. J. This Is Your Brain on Violent Video Games: Neural Desensitization to Violence Predicts Increased Aggression Following Violent Video Game Exposure. *Journal of Experimental Social Psychology*. 2011. Vol. 47. № 5. P. 1033–1036.

- 75.Hinduja S., Patchin J. W. Bullying, Cyberbullying, and Suicide. *Archives of Suicide Research*. 2010. Vol. 14. № 3. P. 206–221.
- 76.Lemmens J. S., Valkenburg P. M., Peter J. Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology*. 2019. Vol. 12. № 1. P. 77–95.
- 77.Przybylski A. K., Weinstein N. Digital screen time and pediatric mental well-being: Evidence from a population-based study. *JAMA Pediatrics*. 2017. Vol. 171. № 3. P. 271–278.
- 78.Twenge J. M., Campbell W. K. Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study. *Preventive Medicine Reports*. 2018. Vol. 12. P. 271–283.
- 79.Valkenburg P. M., Peter J. The differential susceptibility to media effects model. *Journal of Communication*. 2013. Vol. 63. № 2. P. 221–243.
- 80.Willoughby T., Adachi P. J. C., Good M. A longitudinal study of the association between violent video game play and aggression among adolescents. *Developmental Psychology*. 2021. Vol. 48. № 4. P. 1044–1057.

ДОДАТКИ

Додаток А

Авторська анкета

Відповідайте на питання максимально щиро. Отримані дані будуть використані виключно в наукових цілях!

1. Ваш вік (повних років) _____
2. Ваша стать _____
3. Чи маєте Ви акаунти у соціальних мережах?
☐ Так
☐ Ні
4. Які саме соціальні мережі Ви використовуєте найчастіше?
☐ Facebook,
☐ Instagram,
☐ TikTok,
☐ Telegram,
☐ Snapchat,
☐ Інші _____
5. Скільки годин на день у середньому Ви проводите у соціальних мережах? _____
6. З якою метою Ви найчастіше заходите в соціальні мережі?
☐ Спілкування,
☐ Розваги,
☐ Навчання,
☐ Інше _____
7. Чи відчуваєте Ви роздратування, якщо довгий час не маєте доступу до соціальних мереж?
☐ Так
☐ Ні
8. Чи бувало, що через користування соціальними мережами Ви мали конфлікти з батьками чи вчителями?
☐ Так
☐ Ні

9. Чи пробували Ви самотійно обмежити час перебування у соціальних мережах?
- ☐ Так
- ☐ Ні
10. Чи змінюється Ваш настрій після тривалого користування соціальними мережами?
- ☐ Покращується
- ☐ Погіршується
- ☐ Не змінюється
11. Чи виникали у Вас емоції злості чи агресії під час взаємодії у соціальних мережах?
- ☐ Так
- ☐ Ні
12. Чи схильні Ви до «інтернет-суперечок» або агресивного коментування у мережі?
- ☐ Так
- ☐ Ні
13. Чи вважаєте Ви, що соціальні мережі можуть викликати у Вас агресивні почуття?
- ☐ Так
- ☐ Ні
14. Чи часто Ви використовуєте соціальні мережі пізно ввечері або вночі?
- ☐ Так
- ☐ Ні
15. Як Ви оцінюєте свій рівень залежності від соціальних мереж?
- ☐ Низький
- ☐ Середній
- ☐ Високий

Дякуємо за участь у дослідженні!

Методика К. Янга на інтернет залежність

Оберіть варіант відповіді, що найбільше Вам відгукується.

1. Помічаєте, що проводите в онлайні більше часу, ніж мали намір?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

2. Нехтуєте домашніми справами, щоб довше побродити в мережі?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

3. Віддаєте перевагу перебування в мережі, ніж інтимному спілкуванню з партнером?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

4. Заводьте знайомства з користувачами інтернету, перебуваючи в онлайні?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

5. Дратуєтесь через те, що оточуючі цікавляться кількістю часу, яке ви проводите в мережі?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

6. Зазначаєте, що перестали робити успіхи у навчанні чи роботі, оскільки надто багато часу проводите в мережі?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

7. Перевіряєте електронну пошту раніше, ніж зробите щось інше, більш необхідне?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

8. Зазначаєте, що знижується продуктивність праці через захоплення інтернетом?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

9. Займаєте оборонну позицію, коли вас запитують, чим ви займаєтеся в мережі?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

10. Блокуєте турбуючі думки про ваше реальне життя думками про інтернет?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

11. З нетерпінням чекаєте на черговий вихід в Інтернет?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно

- d) часто
- e) постійно

12. Відчуваєте, що життя без інтернету нудне, порожнє і безрадісне?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

13. Лаєтесь, кричите або іншим чином висловлюєте свою досаду, коли хтось намагається відвернути вас від перебування в мережі?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

14. Нехтуєте сном, засиджуючись в інтернеті допізна?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

15. Думаєте, чим займетеся в інтернеті, перебуваючи в офлайн?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

16. Кажете собі: “Ще хвилинку”, сидячи в мережі?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

17. Зазнайте поразки у спробах скоротити час, що проводиться в онлайн?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно

- d) часто
- e) постійно

18. Намагаєтеся приховати кількість часу, яке ви проводите в мережі?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

19. Замість того, щоб вибратися кудись із друзями, вибираєте інтернет?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

20. Відчуваєте депресію, пригніченість чи нервозність, будучи поза мережею і відзначаєте, що цей стан проходить, як тільки ви опиняєтеся онлайн?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

21. Чи відчуваєте Ви ейфорію, пожвавлення, збудження, перебуваючи за комп'ютером?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

22. Чи потрібно Вам проводити все більше часу за комп'ютером, щоб отримати ті самі відчуття?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

23. Чи відчуваєте ви порожнечу, депресію, роздратування, перебуваючи не за комп'ютером?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

24. Чи траплялося Вам нехтувати важливими справами, тоді як Ви були зайняті за комп'ютером?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

25. Чи проводите Ви в мережі більше 3-х годин на день?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

26. Якщо Ви в основному використовуєте комп'ютер для роботи, чи спілкуєтеся в робочий час у чатах або заходите на сайти, не пов'язані з роботою, більше 2-х разів на день?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

27. Чи завантажуйте Ви файли з порнографічним змістом?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

28. Чи вважаєте Ви, що з людиною легше спілкуватися онлайн, ніж особисто?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно

- d) часто
- e) постійно

29. Чи казали Вам друзі або члени сім'ї, що Ви надто багато часу проводите онлайн?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

30. Чи заважає Вашій діловій активності кількість часу, що проводиться в мережі?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

31. Чи бувало таке, що Ваші спроби обмежити час, проведений у мережі, були безуспішними?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

32. Чи буває так, що ваші пальці втомлюються від роботи на клавіатурі або від клацання кнопкою миші?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

33. Чи траплялося Вам брехати на питання про кількість часу, що проводиться в мережі?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

34. Чи був у Вас хоч раз «синдром карпального каналу» (оніміння та біль у кисті руки)?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

35. Чи бувають у Вас болі в спині частіше 1-го разу на тиждень?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

36. Чи буває у Вас відчуття сухості в очах?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

37. Чи збільшується час, який Ви проводите в мережі?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

38. Чи траплялося Вам нехтувати їжею або їсти прямо за комп'ютером, щоб залишитися в мережі?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

39. Чи траплялося Вам нехтувати особистою гігієною, наприклад, голінням, причісуванням тощо, щоб провести цей час за комп'ютером?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

40. Чи з'явилися у Вас порушення сну та/або змінився режим сну з того часу, як Ви почали використовувати комп'ютер щодня?

- a) ніколи
- b) рідко
- c) регулярно
- d) часто
- e) постійно

Методика Басса-Дарки

Відповідно до інструкції він ставить знак “плюс”, якщо згоден з твердженням, і знак “мінус”, якщо не згоден.

1. Часом я не можу впоратися з бажанням заподіяти шкоду іншим.
2. Іноді пліткують про людей, яких не люблю.
3. Я легко дратуюся, але швидко заспокоююся.
4. Якщо мене не попросять по - хорошому, я не виконаю.
5. Я не завжди отримую те, що мені належить.
6. Я не знаю, що люди говорять про мене за моєю спиною.
7. Якщо я не схвалюю поведінку друзів, я даю їм це відчувати.
8. Коли мені траплялося обдурити кого - небудь, я відчував болісні докори сумління.
9. Мені здається, що я не здатний вдарити людину.
10. Я ніколи не дратуюся настільки, щоб кидатися предметами.
11. Я завжди поблажливий до чужих недоліків.
12. Якщо мені не подобається встановлене правило, мені хочеться порушити його.
13. Інші вміють майже завжди користуватися сприятливими обставинами.
14. Я тримаюся насторожено з людьми, які ставляться до мене кілька більш дружньо, ніж я очікував.
15. Я часто буваю не згоден з людьми.
16. Іноді мені на розум приходять думки, яких я соромлюся.
17. Якщо хто - небудь першим вдарить мене, я не відповім йому.
18. Коли я дратуюся, я ляскаю дверима.
19. Я набагато більш дратівливий, ніж здається.
20. Якщо хто - то уявляє себе начальником, я завжди роблю йому наперекір.
21. Мене трохи засмучує моя доля.
22. Я думаю, що багато людей не люблять мене.
23. Я не можу втриматися від суперечки, якщо люди не згодні зі мною.
24. Люди, ухиляючись від роботи, повинні відчувати почуття провини.
25. Той, хто ображає мене і мою сім'ю, напрошується на бійку.
26. Я не здатний на грубі жарти.

27. Мене охоплює лють, коли з мене насміхаються.
28. Коли люди корчать з себе начальників, я роблю все, щоб вони не зазнавалися.
29. Майже щотижня я бачу кого - небудь, хто мені не подобається.
30. Досить багато людей заздять мені.
31. Я вимагаю, щоб люди поважали мене.
32. Мене пригнічує те, що я мало роблю для своїх батьків.
33. Люди, які постійно переводять вас, варті того, щоб їх "клацнули по носі".
34. Я ніколи не буваю похмурих від злості.
35. Якщо до мене ставляться гірше, ніж я того заслуговую, я не засмучуюсь.
36. Якщо хто - то виводить мене з себе, я не звертаю уваги.
37. Хоча я і не показую цього, мене іноді гризе заздрість.
38. Іноді мені здається, що наді мною сміються.
39. Навіть якщо я злюся, я не вдаюся до "сильним" виразам.
40. Мені хочеться, щоб мої гріхи були прощені.
41. Я рідко даю здачі, навіть якщо хтось - небудь ударить мене.
42. Коли виходить не по - моему, я іноді ображаюся.
43. Іноді люди дратують мене однією своєю присутністю.
44. Немає людей, яких би я по - справжньому ненавидів.
45. Мій принцип: "Ніколи не довіряти чужинцям".
46. Якщо хто - небудь дратує мене, я готовий сказати, що я про нього думаю.
47. Я роблю багато такого, про що згодом шкодую.
48. Якщо я розлючуся, я можу вдарити кого - небудь.
49. З дитинства я ніколи не виявляв спалахів гніву.
50. Я часто відчуваю себе як порохова бочка, готова вибухнути.
51. Якби всі знали, що я відчуваю, мене б вважали людиною, з якою нелегко працювати.
52. Я завжди думаю про те, які таємні причини змушують людей робити що - небудь приємне для мене.
53. Коли на мене кричать, я починаю кричати у відповідь.
54. Невдачі засмучують мене.
55. Я б'юся не рідше ніж і не частіше, ніж інші.
56. Я можу згадати випадки, коли я був настільки злий, що хапав ліпшу мені під руку річ і ламав її.
57. Іноді я відчуваю, що готовий першим почати бійку.
58. Іноді я відчуваю, що життя надходить зі мною несправедливо.

59. Раніше я думав, що більшість людей говорить правду, але тепер я в це не вірю.
60. Я лаюся тільки зі злості.
61. Коли я роблю неправильно, мене мучить совість.
62. Якщо для захисту своїх прав мені потрібно застосувати фізичну силу, я застосовую її.
63. Іноді я висловлюю свій гнів тим, що стукаю кулаком по столу.
64. Я буваю грубуватий по відношенню до людей, які мені не подобаються.
65. У мене немає ворогів, які б хотіли мені нашкодити.
66. Я не вмію поставити людину на місце, навіть якщо він того заслуговує.
67. Я часто думаю, що жив неправильно.
68. Я знаю людей, які здатні довести мене до бійки.
69. Я не засмучуюсь - за дрібниць.
70. Мені рідко приходить в голову, що люди намагаються розлютити або образити мене.
71. Я часто тільки загрожую людям, хоча і не збираюся приводити погрози у виконання.
72. Останнім часом я став занудою.
73. У суперечці я часто підвищую голос.
74. Я намагаюся приховувати своє погане ставлення до людей.
75. Я краще погоджусь з чим - або, ніж стану сперечатися.