

SCI-CONF.COM.UA

EUROPEAN CONGRESS OF SCIENTIFIC ACHIEVEMENTS



**PROCEEDINGS OF XII INTERNATIONAL
SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE
DECEMBER 2-4, 2024**

**BARCELONA
2024**

EUROPEAN CONGRESS OF SCIENTIFIC ACHIEVEMENTS

Proceedings of XII International Scientific and Practical Conference

Barcelona, Spain

2-4 December 2024

Barcelona, Spain

2024

UDC 001.1

The 12th International scientific and practical conference “European congress of scientific achievements” (December 2-4, 2024) Barca Academy Publishing, Barcelona, Spain. 2024. 805 p.

ISBN 978-84-15927-35-8

The recommended citation for this publication is:

Ivanov I. Analysis of the phaunistic composition of Ukraine // European congress of scientific achievements. Proceedings of the 12th International scientific and practical conference. Barca Academy Publishing. Barcelona, Spain. 2024. Pp. 21-27. URL: <https://sci-conf.com.ua/xii-mizhnarodna-naukovo-praktichna-konferentsiya-european-congress-of-scientific-achievements-2-4-12-2024-barselona-ispaniya-arhiv/>.

Editor

Komarytskyy M.L.

Ph.D. in Economics, Associate Professor

Collection of scientific articles published is the scientific and practical publication, which contains scientific articles of students, graduate students, Candidates and Doctors of Sciences, research workers and practitioners from Europe, Ukraine and from neighbouring countries and beyond. The articles contain the study, reflecting the processes and changes in the structure of modern science. The collection of scientific articles is for students, postgraduate students, doctoral candidates, teachers, researchers, practitioners and people interested in the trends of modern science development.

e-mail: barca@sci-conf.com.ua

homepage: <https://sci-conf.com.ua>

©2024 Scientific Publishing Center “Sci-conf.com.ua” ®

©2024 Barca Academy Publishing ®

©2024 Authors of the articles

75.	Пивовар Н. М. ОСОБЛИВОСТІ СПІВПРАЦІ ОСВІТНЬОЇ СФЕРИ ТЕРИТОРІАЛЬНИХ ГРОМАД ТА ЇХНІХ ОРГАНІВ САМОВРЯДУВАННЯ В УМОВАХ ДЕЦЕНТРАЛІЗАЦІЇ ВЛАДИ	394
76.	Ранюк О. П. ТЕХНОЛОГІЇ ВІРТУАЛЬНОЇ РЕАЛЬНОСТІ У ВИКЛАДАННІ ПОЛЬСЬКОЇ МОВИ	405
77.	Токарева Т. С. ВРАХУВАННЯ ВІКОВИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА У НАВЧАННІ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ	413
78.	Черчата А. О., Тарасов І. С. ЗАСТОСУВАННЯ ТЕХНОЛОГІЙ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ В СОЦІАЛЬНІЙ СФЕРІ	419
79.	Шунков В. С. ДИДАКТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФАРМАЦЕВТІВ В УНІВЕРСИТЕТАХ ВЕЛИКОЇ БРИТАНІЇ	426
PSYCHOLOGICAL SCIENCES		
80.	Бочаріна Н. О., Борщовецька О. В. ВПЛИВ ДИТЯЧОЇ ТРАВМИ НА ПОБУДОВУ БЛИЗЬКИХ СТОСУНКІВ У ДОРΟΣЛОМУ ВІСЦІ	429
81.	Горіна О. Т., Савченко А. С. ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ПОЧУТТЯ САМОТНОСТІ НА ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСІБ ПІДЛІТКОВОГО ТА ЮНАЦЬКОГО ВІКУ	436
82.	Гурман В. Ю., Васюк К. М. ЧИННИКИ РОЗЛУЧЕНЬ В СІМ'ЯХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІД ЧАС ВІЙНИ	446
83.	Дрозд О. В., Лянный А. В. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КОГНІТИВНО- ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ В РОБОТІ З ТРИВОЖНІСТЮ ПОСТРАЖДАЛИХ УНАСЛІДОК ВІЙСЬКОВИХ ДІЙ В УКРАЇНІ	450
84.	Євдокимова Н. О., Нікулін Д. І. ВПЛИВ ДИТЯЧОЇ ТРАВМИ НА ФОРМУВАННЯ БАР'ЄРІВ У МІЖОСОБИСТІСНОМУ СПІЛКУВАННІ	456
85.	Іващенко А. І., Слабошпицька І. М. ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД СТАНОВЛЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ ЗРІЛОСТІ У ДОРΟΣЛИХ ШЛЯХОМ ЗАСТОСУВАННЯ КОУЧИНГОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ	463
86.	Кальба Я., Журавлюк В. ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА САМООЦІНКУ ПІДЛІТКІВ	475

ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА САМООЦІНКУ ПІДЛІТКІВ

Кальба Ярослава

к. психол. н., доцент кафедри психології

Журавлюк Вікторія

студентка фізико-математичного факультету

Тернопільський національний педагогічний університет

імені Володимира Гнатюка, Україна

Соціальні мережі стали невід'ємною частиною життя сучасної молоді. Їх вплив неминучий на психіку, поведінку та світосприйняття підростаючої особистості. Одна з основних проблем, що виникає через надмірне використання соціальних мереж, є інтернет-залежність. Це явище стає все більш поширеним у сучасному світі, де цифрові технології проникають у всі аспекти людського життя. Характерними симптомами прояву інтернет-залежності є: непереборне бажання постійно бути онлайн, втрата контролю над часом, нехтування важливими обов'язками та соціальними зв'язками на користь інтернету. Власне це сприяє погіршенню настрою, зниженню успішності в навчанні, спричинює дезадаптацію, труднощі у відносинах та соціальну ізоляцію. Підлітки можуть стати жертвами кібербулінгу, дезінформації, відчувати тиск через порівняння себе з іншими, що може призвести до психоемоційних розладів, зниження самооцінки та депресії.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості психологічного впливу соціальних мереж на самооцінку підлітків.

Мету дослідження конкретизовано у таких *науково-дослідницьких завданнях:*

1. Проаналізувати наукові підходи щодо вивчення заявленої проблеми.
2. Емпірично дослідити особливості використання соціальних інтернет платформ та їх вплив на самооцінку підлітків.
3. Емпірично дослідити наявність інтернет-залежності у підлітків.
4. Запропонувати можливі шляхи мінімізації негативних наслідків

впливу соціальних мереж.

Надмірне використання соціальних мереж сприяє розповсюдженню ідеалів краси, підвищує рівень фрустрації та знижує самооцінку. Підлітки у цьому контексті виявляються найбільш вразливою віковою категорією. Підлітковий вік – сенситивний період для формування «Я-концепції», почуття дорослості та пошуку своєї референтної групи. Натомість критичність мислення, себто селективні критерії сприймання й обробки інформації лише в процесі формування, тому підлітки постійно порівнюють себе з ідеальними образами, представленими в соцмережах, що може викликати невпевненість у собі, незадоволення своїм зовнішнім виглядом, статусом та життям загалом. Систематичне сприймання ідеально відретушованих зображень та змодельованих успішних історій інших людей актуалізує відчуття заздрості, фрустрації, депресивних настроїв та спричинює бажання соціальної ізоляції.

Власне у сучасному цифровому світі підлітки втрачають контакт із реальністю, стаючи більш вразливими до зовнішнього впливу та громадської думки. Тому вельми важливим видається питання психоедукації, а саме обговорювати вплив соціальних мереж на психоемоційний стан і самооцінку підлітків, щоб своєчасно виявити проблеми та вжити заходів для підтримання їхнього ментального здоров'я. Роль батьків, освітніх закладів та суспільства полягає в тому, щоб навчити підлітків критично сприймати інформацію, яку вони отримують через соціальні медіа і розвивати у них усвідомлене ставлення до самоприйняття. Відкриті обговорення на ці теми, розвиток критичного мислення та впровадження програм психологічної підтримки допоможуть підліткам зберегти своє ментальне здоров'я та використовувати соціальні мережі як інструмент для розвитку, а не як джерело стресу і тривоги.

У науковому вітчизняному просторі вплив соціальних мереж на самооцінку підлітків розглядали О. Гречановська, О. Мегем, Л. Потапюк, О. Амплєєва, Д. Бехтольд, О. Мартинюк тощо.

Зокрема, О. Гречановська, О. Мегем, Л. Потапюк основними аспектами впливу соціальних мереж на психологічний стан та самооцінку молоді

розглядають наступні: порівняння себе з іншими, залежність, кібербулінг, ідеалізація реальності, самовиявлення та самоствердження [2].

Проблему впливу соціальних мереж на розвиток Я-концепції розглядали О. Амплєєва та Д. Бехтольд. Автори зазначили, що соціальні мережі несуть у собі як позитивний, так і негативний вплив на всі аспекти життя молоді. Фокусом уваги науковців стає психологічне здоров'я підлітків, зокрема особливості формування самооцінки. Дослідники вважають, що безкінечний потік ідеальних фото може спричинити відчуття невдачі або неповноцінності порівняно з іншими людьми. За допомогою проведеного емпіричного дослідження автори визначили як впливають соціальні мережі на розвиток Я-концепції сучасної молоді [1].

О. Мартинюк у своїх дослідженнях охарактеризувала особливості поведінки людей в соцмережах в залежності від віку і статі. Науковиця зазначила, що соціальні мережі інколи стимулюють розвиток депресії, яка може бути викликана тим, що людина, переглядаючи стрічку новин друзів, засмучується від того, що є не такою вродливою, стрункою, успішною порівняно з іншими. Але авторка зауважує, що варто враховувати, що людина отримує спотворену інформацію про життя інших, адже люди хочуть позитивно себе позиціонувати й акцентують увагу вибірково на позитивних аспектах свого життя. До того ж, О. Мартинюк зазначає, що бажання максимально репрезентуватись у віртуальному житті часто є свідченням нереалізованості в реальному світі та бажанням утекти від проблем у пошуках ілюзорного щастя [4].

Програма емпіричного дослідження включала застосування наступних методів дослідження.

1. Авторська анкета змішаного типу, котра містила питання закритого і відкритого типу.
2. Тест Д. Максименка на виявлення інтернет-залежності у дітей і підлітків [3].
3. Результати емпіричного дослідження оброблялись за допомогою

методів математичної статистики у статистичній програмі «SPSS».

Вибірку дослідження склали 108 респондентів – учні Тернопільської ЗОШ I-III ступенів №26 ім. Д. Заплітного, Колодіївської ЗОШ I-III ступенів та Сновицького ЗЗСО I-III ступенів. Завдяки участі учнів із різних освітніх закладів вдалося отримати різнобічний та репрезентативний погляд на використання соціальних платформ серед підлітків.

Результати дослідження дозволили встановити, що найбільш популярною соціальною мережею серед респондентів є TikTok – 90,7% опитаних мають у ній аккаунт. TikTok, як найпопулярніша платформа, об'єднує найбільшу кількість підлітків, пропонуючи їм легкий доступ до коротких відео, розважального контенту та можливість самовираження. Дещо поступається пріоритетом Instagram – 79,6% користуються цією платформою. Третє місце за популярністю посів Facebook, де мають аккаунт 46,3% респондентів, а Snapchat користуються лише 25% опитаних (рис. 1).

Аналізуючи час, який респонденти витрачають на соціальні мережі, нами виявлено цікавий феномен, зокрема: 32,4% осіб вказали, що проводять 2-4 години у соцмережах щодня, 28,7% - більше 4 годин, 26,9% - 1-2 години, 12% - менше 1 години щодня. Натомість на запитання «чи помічають респонденти, як спливає час під час використання соціальних мереж?» відповіді розподілилися наступним чином: 59% заявили, що «не завжди» звертають на це увагу, 30% відповіли «так», і лише 11% – «ні». Припускаємо, що суб'єктивна оцінка часових проміжків не є релевантна дійсному часопродовженню підлітків в онлайн просторі. На жаль соціальні мережі стали невід'ємною частиною їхнього життя, часто замінюючи інші форми дозвілля. Така тенденція може мати як позитивні, так і негативні наслідки: з одного боку, підлітки мають змогу підтримувати зв'язок із друзями та розвивати креативність, з іншого – надмірне використання соцмереж може призводити до втрати часу та зниження продуктивності.

За результатами аналізу анкети було виявлено, які почуття виникають у підлітків після перегляду контенту у соцмережах. Переважна більшість

підлітків (73,1%) зберігають нейтральне ставлення, що свідчить про певну емоційну стабільність або байдужість до побаченого. Водночас 25% відчують позитивні емоції, такі як щастя, тоді як 1,9% відчують смуток. Ці дані вказують на те, що хоча соцмережі можуть бути джерелом натхнення та радості, у деяких випадках вони також здатні викликати негативні почуття та бути способом прокрастинації, що може впливати на психоемоційний стан підлітків.

За допомогою опитування також було виявлено, що частина підлітків схильна порівнювати себе з іншими людьми, яких вони бачать у соціальних мережах. Так, встановлено, що 20% респондентів порівнюють себе з ровесниками, 29% учасників опитування – із «celebrity» та 51% – з блогерами. Вочевидь найавторитетніший вплив на формування свідомості та життєвих парадигм наразі мають блогери для підлітків.

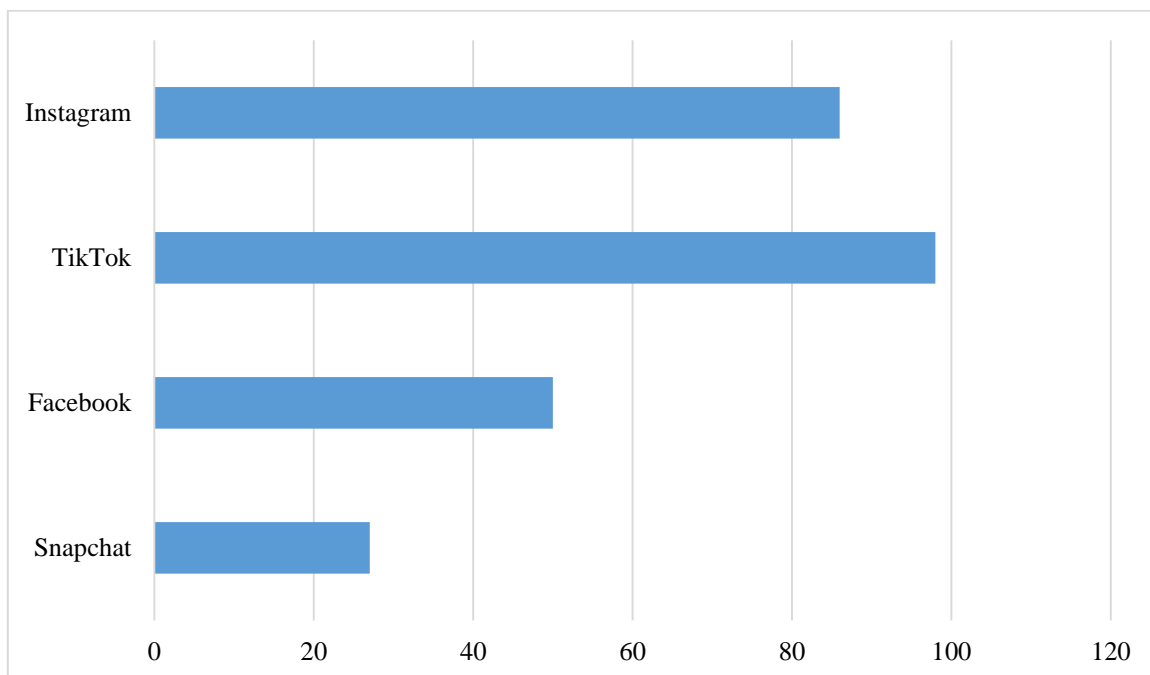


Рис. 1

Результати дослідження за методикою Д. Максименка щодо наявності інтернет-залежності продемонстрували, що 59% респондентам притаманні ознаки інтернет-залежності.

Підсумовуючи, зазначимо, що соціальні мережі є важливим чинником впливу на уявлення підлітків про власний образ «Я». Різні аспекти

використання соціальних платформ можуть впливати на самооцінку підлітків. У позитивному контексті соціальні платформи можуть стати місцем для самовираження, обміну досвідом та підтримки, що може сприяти почуттю приналежності й впевненості в собі. Коли підлітки знаходять підтримку серед друзів і однодумців, це підвищує їхню самооцінку. Однак негативні аспекти частіше пов'язані з тиском соціальних стандартів і бажанням відповідати ідеалізованим образам. Підлітки схильні порівнювати себе з іншими, особливо з відомими блогерами чи «ідеальними» образами. Це може призвести до виникнення комплексів, заниженої самооцінки, тривожності та навіть депресії.

ЛІТЕРАТУРА

1. Амплєєва О. М., Бехтольд Д. О. Вплив соціальних мереж на розвиток Я-концепції сучасної молоді // Психологія та соціальна робота: науковий журнал. Випуск 1(59).- 2024. - С. 11-22. URL:<https://www.journals.onu.in.ua/index.php/psy/issue/view/12/9>
2. Гречановська О. М., Мегем О. М., Потапюк Л. М. Вплив соціальних мереж на психологічний стан та самооцінку української молоді // Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія. - 2023. – С. 60-66. URL:https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/4_2023/11.pdf
3. Кальба Я. Є. Мас-медіа й ідентичність: проблеми та виклики сьогодення (суб'єктно-вчинковий вимір). Vector of modern pedagogical and psychological science in Ukraine and EU countries. Collective monograph / Riga Izdevnieciba "Baltija Publishing", 2020. P. 1. P. 287-305.
4. Максименко Д. С. Здоров'я дитини в сучасному інформаційному середовищі: практична психологія. – К.: Центр учбової літератури, 2018.-С. 219.
5. Мартинюк О. П. Специфіка поведінки молодих людей в Інтернет-соцсередовищі // Новації та виклики юридичної освіти: збірник матеріалів Міжнародної наукової студентської конференції, м. Тернопіль, 4 жовтня 2017 року. Тези наукових доповідей. – Т., 2017. – с.264 – 266