



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ІЗМАЇЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет управління, адміністрування та інформаційної діяльності
Кафедра загальної та практичної психології

**ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ЗМІСТ ЦІННІСНИХ
ОРІЄНТАЦІЙ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ**

Кваліфікаційна робота здобувача
освітнього ступеню магістр
спеціальності 053 Психологія
освітньої програми «Психологія»

Песчанського Дмитра Сергійовича

керівник: д. псих. н., проф. Макарчук Н.О. 

рецензент: к. пед. н. Замалюк В.В. 

м. Ізмаїл - 2023 рік

Робота допущена до захисту


на засіданні кафедри загальної та практичної психології

(назва випускової кафедри)

протокол № 6 від «27» чудне 2022 р.

б.о

Завідувач кафедри


(підпис)

Трошарова І.О

(прізвище, ініціали)

Робота пройшла публічний захист

на відкритому засіданні ЕК

«24» січня 2023 р.

Оцінка 87 добре

(за стобальною (за традиційною

шкалою)

шкалою)

Голова ЕК Ін Макарич Н.О.

(підпис)

(прізвище, ініціали)

Зміст

Вступ.....	4
Розділ I Теоретичні дослідження ролі соціальних мереж у житті сучасних підлітків.....	10
1.1. Розвиток соціальних мереж та їх місце у житті підлітків.....	10
1.2. Роль соціальних мереж в процесі соціалізації та комунікації підлітків.....	17
1.3. Досвід використання соціальних мереж в навчальному закладі.....	24
Висновки до I розділу	27
Розділ II. Теоретичні аспекти впливу інтернет-комунікації на систему цінностей підлітків.....	29
1.1. Психологічна характеристика та механізми формування ціннісних орієнтацій у підлітковому віці	29
2.2. Вплив соціальних мереж на систему цінностей підлітків.....	40
Висновки до II розділу.....	53
Розділ III. Емпіричне дослідження впливу соціальних мереж на зміст ціннісних орієнтацій підлітків та профілактика адиктивних моделей поведінки у соціальній мережі.....	55
3.1. Емпіричне дослідження впливу соціальних мереж на ціннісні орієнтації підлітків.....	55
3.2. Профілактика адиктивних моделей поведінки в процесі інтернет-комунікації та корекція системи ціннісних орієнтацій підлітків	62
Висновки.....	69
Список використаної літератури.....	73

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Бурхливий розвиток інформаційно-комунікаційних технологій у сучасному світі зумовлює все більшу зануреність дітей шкільного віку, у тому числі і підлітків у комунікативний процес, що реалізується у багатьох соціальних мережах, що існують в Інтернет-просторі. Також, слід враховувати, що зміни в умовах життя та навчання, що були викликані спочатку загрозою пандемії Covida у всьому світі, а тепер і воєнним станом в Україні призвели до суттєвих змін в освітньому процесі – з'явилася, а тепер і майже утвердилася на усій території країни дистанційна форми навчання, що, безумовно, призвело до інтенсифікації спілкування підлітків у соціальних мережах, учні стали проводити значно більше часу за екранами усіляких цифрових гаджетів з доступом до мережі Інтернет.

Загальна тенденція до диджиталізації сучасного суспільства і, навіть, державних інститутів призводить до того, що багато послуг та соціальних дій можна здійснювати тепер не безпосередньо, а за допомогою інформаційних технологій он-лайн: можна, наприклад, спілкуватися із різними людьми, що мешкають у різних регіонах не тільки України, но і усієї планети (сучасні автоматичні Гугл-перекладачі допоможуть уникати мовних бар'єрів, навіть, при спілкування українця з китайцем), соціальні мережі дозволяють молоді об'єднуватися в групи за інтересами, спілкуватися на будь-які теми, спільно або індивідуально навчатися, усебічно розвивати свої здібності, демонструвати власні думки, ідеї, таланти іншим без урахування фактору географічного простору. Все це, безумовно, можна розглядати як позитивні зміни, що надає підліткам нові можливості, тому, очевидно, що кількість підлітків що реєструються у соціальних мережах, невинно зростає. Згідно з опитуваннями соціологів, найбільш поширеними та популярними серед українців є такі глобальні соціальні мережі, як Facebook, Instagram,

TikTok, різноманітні месенджери, на кшталт Viber, WhatsApp, Telegram тощо, що надають неабияку можливість заявити про себе, знайти багато співрозмовників, повідомити своїм підписникам свою думку з будь-якого приводу, поділитися з віртуальними друзями своїми світлинами, селфі, відео та аудіо-файлами будь-якого змісту, утворити свій телеграм-канал, або вайбер-групу з певної теми, запропонувати будь-яку тему для обговорення, запросити віртуальних та реальних друзів чи просто усіх бажаючих до віртуальної дискусії тощо. Перелік тих можливостей, що надають підліткам нові інформаційні технології і, конкретно, соціальні мережі, справді вражає та визиває, навіть, оптимізм. Власна сторінка, яка може бути створена на різних платформах, що пропонують соціальні мережі, з різних акаунтів під різними «нікнеймами» майже набуває значення варіативного ідеального «Я», яке можна нескінченно множити, змінювати, удосконалювати. Можна створити будь-який образ самого себе за допомогою різних фільтрів, відео-редакторів. Наприклад, слабкий та невпевнений у собі підліток може легко створити образ брутального, неформального, спортивного, впевненого у собі, популярного тощо, тобто він має можливість приміряти на себе різні соціальні ролі та віртуальні образи отримуючи від процесу такої «соціальної гри» у соцмережі те задоволення, що він не може отримати у реальному житті.

Психологічна потреба у реалізації сучасними підлітками своїх комунікативних можливостей за допомогою соціальних мереж у Інтернет-просторі із своїми однолітками детермінована основними характеристиками їх віку та прагнення до самоствердження, визнання іншими людьми їх самоцінності, індивідуальності, унікальності та, навіть, дорослості, зрілості. Фахівцями з вікової психології Л. Божович, Л. Виготським, Г. Костюком, О. Скрипченко, Д. Фельдштейном І. Булах, Н. Токаревою, А. Шамне та ін.. було встановлено, що основним новоутворенням підліткового віку вважається почуття дорослості, яке реалізується у прагненні підлітка бути визнаним його найближчим соціальним оточенням у якості дорослої самостійної

особистості, яка має право на власні судження та на право обирати свої пріоритети та формувати власну систему цінностей. Все це актуалізує потреба у спілкуванні з однолітками та більш дорослими друзями, в якому підліток здійснює самопізнання, оволодіває різними способами комунікативної взаємодії з іншими. І якщо у процесі спілкування підлітка з дорослим часто можуть виникати складнощі, непорозуміння, адже дорослі ще не визнають підлітка у якості рівноправного співрозмовника, то у спілкуванні з однолітками підліток більш успішно реалізує і демонструє свою особистісну «зрілість», може достатньо легко самоствердитися домогтися визнання.

У психолого-педагогічній літературі багато уваги приділяється дослідженню проблеми формуванню системи цінностей підлітків у процесі міжособистісної взаємодії та комунікації, досліджуються особливості спілкування підлітків як із своїми однолітками так і дорослими. Різноманітні аспекти розвитку системи цінностей в процесі міжособистісного спілкування у підлітковому віці розкриваються у працях таких відомих психологів, як Я. Коломинського, І. Кона, А. Реана та інших. Різні аспекти впливу спілкування на формування системи цінностей у сучасних підлітків розглядаються в роботах І. Булах, А. Мудрик, О. Скрябіної, Н. Токаревої, А. Шамне та інших. Також ціла низка досліджень вітчизняних вчених приділяється вивченню наслідків використання інформаційно-комунікативних технологій (ІКТ) як у навчанні, так і в особистісному житті дітей, підлітків і молоді. Так, особливостям використання ІКТ у середній школі з освітньо-розвивальною метою присвячені роботи багатьох науковців, зокрема, С. Архангельського, Н. Воропай, О. Горячевої, М. Жалдака, А. Коломієць, Т. Корольової, Ю. Машбиця, Н. Морзе, Л. Петухової, О. Співаковського, Н. Тверезовської, І. Шапошнікової тощо. Їх праці доводять певну користь від використання сучасних інтернет-технологій для навчання учнів через можливість їх доступу до великого масиву даних, літератури бібліотек різних країн, можливість створення різних креативних і педагогічних розвиваючих

проектів, використання зручних і доступних усім користувачам сучасних освітніх платформ для здобуття знань та вдосконалення вмінь школярів в умовах дистанційної освіти.

Але слід сказати, що немала кількість робіт присвячена і негативним аспектам впливу на підлітків, що занадто багато часу проводять в Інтернеті. Наприклад, в психологічних дослідженнях Т. Веретенка, О. Зінченка, М. Снітко доводиться, що можливості Інтернету використовується учнями не для саморозвитку чи навчання, а, переважно, у розважальних цілях, як середовище лише для дозвілля, рекреації, «пустого» спілкування. Наприклад, завдяки реєстрації в різних соціальних мережах одночасно підлітки отримують можливість здобути велику кількість друзів, вступити до безлічі соціальних груп за інтересами, де можуть активно спілкуватися будь з ким. А, отже, підвищується ризик формування інтернет-адикції, деформації системи цінностей серед підлітків, які прагнуть до реалізації своєї потреби в постійному отриманні лише позитивних емоцій, задоволенні своєї потреби у спілкуванні з віртуальними друзями. Все це веде до того, що підліток не тільки увесь свій вільний час, але і ті години, що передбачені на навчання витрачає на перебування в мережі та при цьому нехтує своїми навчальними і сімейними ролями, обов'язками та реальними життєвими потребами. Ця проблема була розглянута в працях Т. Вакуліч, А. Войскунського, А. Жичкіної та ін.

Отже, ми вважаємо, що психологічні особливості впливу соціальних мереж на особливості формування та зміст системи цінностей (аксіологічної сфери) сучасних підлітків є актуальною темою дослідження. Оскільки інформаційно-комунікативні технології стрімко розвиваються, постійно з'являються нові популярні серед молоді платформи для віртуального спілкування то потрібним є подальше науково-теоретичне дослідження і практичне вивчення впливу соціальних мереж на формування та зміст системи цінностей сучасних підлітків.

Об'єкт дослідження – зміст ціннісних орієнтацій у сучасних підлітків.

Предмет дослідження – психологічні особливості впливу соціальних мереж на зміст ціннісних орієнтацій сучасних підлітків.

Мета нашого кваліфікаційного дослідження полягає в теоретичному аналізі і практичному вивченні впливу соціальних мереж на формування змісту системи цінностей сучасних підлітків.

Завдання дослідження:

1. Встановити сутність поняття «ціннісні орієнтації» та здійснити теоретичний аналіз особливостей формування та змісту системи цінностей у підлітків.
2. Взначити роль соціальних мереж у житті сучасних підлітків.
3. Дослідити вплив соціальних мереж на формування змісту ціннісних орієнтацій сучасних підлітків;
4. Обрати методологію дослідження та провести вивчення впливу соціальних мереж на формування змісту системи цінностей у підлітків;
5. Розробити систему занять та тренінгів з метою корекції ціннісних орієнтацій підлітків.
6. Оцінити ефективність впливу проведених тренінгів та занять на зміст ціннісних орієнтацій підлітків

Методологія дослідження. Для досягнення поставленої мети та розв'язання завдань кваліфікаційного дослідження були використані такі загальнонаукові методи дослідження, як аналіз, синтез, індукція, дедукція, порівняння, узагальнення. Провідним підходом нашого дослідження був системний підхід, який дозволив розглядати аксіологічну сферу підлітків як динамічну систему, що має як зовнішні так і внутрішні зв'язки, розглядати процес взаємодії підлітків в соціальних мережах як особливий тип сучасної комунікації, що детермінує структуру та особливості системи цінностей підлітків. В емпіричній частині дослідження були використані тест міжособистісних відносин Лірі, розроблена нами анкета «Вплив соціальних

мереж на вашу особистість», був проведений якісний та кількісний аналіз результатів дослідження.

Практичне значення дослідження полягає в тому, що була створена та апробована психологічна система тренінгових занять з корекції небажаних новоутворень у системі цінностей підлітків, що виникає внаслідок взаємодії в соціальних мережах. Авторська анкета може бути використана практичними та шкільними психологами у розвивально-корекційній роботі з підлітками з метою попередження їх інтернет-залежності, корекції та формування більш конструктивних ціннісних орієнтацій.

Експериментальна база дослідження. Дослідження проводилося на базі Ореховської гімназії (Болградський район, Одеська область) протягом вересня-грудня 2022 р., в дослідженні приймали участь 24 підлітка, що навчаються у 6-8 класах.

Апробація дослідження. Прийняв участь у 2-х конференціях, (Всеукраїнська наукова інтернет-конференція «Вітчизняна наука на зламі епох: проблеми та перспективи розвитку» (м. Переяслав. 20 грудня 2022 р); Міжнародна науково-практична конференція “Актуальні питання науки, освіти і суспільства в сучасних умовах” (21 грудня 2022 р., м. Полтава),. підготовлені та подані до друку тези з теми дослідження.

Структура та обсяг роботи. Кваліфікаційна робота складається з вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел. Список використаних джерел налічує 77 найменування. Загальний обсяг роботи складає 80 сторінок.

Розділ I Теоретичні дослідження ролі соціальних мереж у житті сучасних підлітків

1.1. Розвиток соціальних мереж та їх місце в житті підлітків

Поняття «соціальна мережа» було вперше запроваджено соціологом Джеймсом Барнсом у 1954 році. Тоді це явище тлумачилося так: «соціальна мережа - це соціальна структура, що складається з групи вузлів, якими є соціальні об'єкти і соціальні взаємини між ними» [16, с. 21]. З появою інтернету в 1969 р. ця наукова концепція стала набирати популярність, що дало поштовх до розвитку соціальних мереж у Всесвітньої мережі.

З розвитком технологій Web 2.0 соціальні мережі набули основи у вигляді Інтернет-порталів та веб-сервісів. Так, ми можемо знайти на сайті незнайому нам людину і простежити, через кого зі знайомих ми пов'язані з нею. За статистикою, приблизно 50% населення людства зареєстровані в одній соціальній мережі, а багато хто користується відразу декількома [24, с. 115]. Судити про популярність соціальних мереж можна судити по молоді: 96% молодих людей користуються соціальними мережами, спілкуючись у них [24, с. 116].

Першу соціальну мережу використовували військові для передачі інформації через ARPANET в 1971 р. Через 17 років фінський вчений Ярко Ойкарінен створив протокол «IRC» - інтернет-чат, що ретранслюється, і програмне забезпечення для його реалізації. Це дозволило людям спілкуватися один з одним у режимі реального часу. Але пік популярності соціальних мереж припадає на 1995 рік, коли американець Ренді Конрадс створює Classmates.com. Це стало першою соцмережею в сучасному розумінні, в якій зареєстрованим користувачам надавалася можливість відновлювати контакти з колишніми знайомими, друзями. Навіть сьогодні її популярність не падає, оскільки цією соціальною мережею користуються

понад 50 млн осіб у США та Канаді, Швеції, Німеччині, Австрії та Франції [22, с. 41].

Соціальні мережі першого етапу розвитку (1997 – 2001). У 1999 року американський студент-программист відкрив сервіс Livejournal.com, де можна було створювати досить детальний профіль, додавати контакти (друзів). Livejournal.com став першим масовим ресурсом, де можна було розміщувати блоги (електронні щоденники) [34, с. 22].

Соціальні мережі другого етапу їх розвитку (2001 – 2004). Соціальні портали цього часу характеризуються поділом по сферам, однією з яких став бізнес. Перший сайт Ryze.com, який було орієнтований на ініціацію та підтримку ділових контактів, створений у 2001 р. Цей проект започаткував для формування LinkedIn (Рід Хоффман, 2002) та Friendster (Джоната Абрамс, 2002). LinkedIn завоював репутацію потужного мережевого ресурсу у сфері бізнесу. На Friendster постійно відбувалися технічні проблеми. У результаті, багато користувачів перейшли на такі сайти як MySpace. MySpace була заснована у 2003 році. Ця мережа стала сайтом для самопрезентації незалежних музикантів. Крім того, сайт надавав шанувальникам рок-музики можливість спілкування з їхніми кумирами та додавання їх до списку друзів. До сьогоднішнього дня MySpace є другою за величиною соціальною мережею після Facebook [34, с. 23].

З 2004 року багато інтернет-спільнот з різних сфер починають користуватися соціальними мережами на своїх сервісах. У Україні створюються Couchsurfing.com – для мандрівників, Care2.com – для активістів та волонтерів, MyChurch.com – для християн.

3. Мережі третього покоління Гарвардського університету: Марк Цукерберг, Едуардо Саверін, Дастін Московіц та Кріс Хьюз. Спочатку сайт надав доступ лише студентам Гарвардського університету, потім – студентам університетів Бостона, а потім – для всіх жителів Америки. З вересня 2006 р. Facebook відкрив доступ для користувачів мережі від 16 років. З 2008 року Facebook став найбільшою у світі соціальною мережею, ресурси якої

доступні на 40 мовах. Сьогодні він входить до ТОП-5 найбільш відвідуваних сайтів світу: місячна аудиторія сайту становить майже 2 млрд осіб.

Спочатку Twitter використовувався співробітниками однойменної компанії для внутрішнього спілкування. 15 липня 2006 р. Twitter надав можливість обмінюватися повідомленнями: відправлені твіти моментально доступні на сторінці користувача і відразу відображаються у читачів. Перше повідомлення надіслав власник системи Джек Дорсі, написавши: «Просто налаштуйте мій Twitter». Сьогодні Twitter користується величезною популярністю у користувачів всесвітньої мережі у української молоді в тому числі. У рейтингу SimilarWeb він стоїть на 12 місці з аудиторією більш ніж 300 млн. підписників [25, с. 12].

Додаток дозволяв користувачам «чекінутися» у різних місцях, плануючи зустрічі з друзями та публікуючи фото. Вивчивши статистику, розробники зрозуміли, що тільки діляться фотографіями. У зв'язку з цим вони вирішують залишити лише викладку фото. Після цієї зміни Instagram став дуже популярним. Зараз додаток знаходиться на 17 місці в списку SimilarWeb і налічує понад 200 млн активних підписників, що завантажили понад 16 млрд фото і відео.

28 червня 2011 року корпорація Google запустила соціальну мережу Google+, а Google Circles (Круги) стали основним елементом цієї соціальної мережі. На момент запуску сервісу реєстрація була обмежена запрошеннями, але 21 вересня 2011 реєстрація в Google + стала доступна будь-якому інтернет-користувачеві старше 13 років. Гугл Плюс став відкритою мережею, і на ресурс ринули натовпи пересічних користувачів, що поглинуло первісний дух проекту. Сайт був не готовий до такого розвитку подій - безліч недоробок і відсутність деяких функцій зробили свою справу, і зараз Google+ не так поширений серед користувачів всесвітнього простору.

У XXI столітті спостерігається значний розвиток інформаційно-комунікаційних технологій, які трансформують соціальну реальність і стимулюють її перехід від безпосереднього міжособистісного спілкування до

Інтернет-комунікації, віртуального типу взаємодії. На думку О. Лазаренко та Т. Веретенка, нові технології, хоч і дають можливості для кращого пізнавального та інтелектуального розвитку учнів, все ж несуть ризики, спричиняють негативні психосоціальні стани дітей та молоді, створюють умови для виникнення інтернет-залежності тощо. [Лазаренко О., с. 26]. Водночас, як свідчить Я. Шугайло, підлітків і молодь сьогодні все частіше називають такими іменами, як «покоління Google» і «digital natives». Ці визначення підкреслюють провідну роль Інтернет-ЗМІ в процесі соціалізації підлітків. При цьому діти та підлітки найчастіше проводять час в Інтернеті не з навчальною, а з метою відпочинку» [53, с. 18].

Останнім часом найпопулярнішим способом проведення вільного часу підлітків є віртуальне спілкування в соціальних мережах і на форумах, онлайн-ігри, фотозйомка блогів для своїх віртуальних сторінок тощо. Така поведінка викликає все більше занепокоєння батьків і вчителів, оскільки складається враження, що підлітки буквально не «вилазять» з мережі, не бачать реального світу і не вміють жити поза віртуальним простором. Сучасне спілкування підлітків у соціальних мережах здійснюється з метою задоволення потреби в самореалізації, досягнення визнання та поваги серед однолітків. Крім того, в соціальних мережах підлітки задовольняють свою потребу бути прийнятими і зрозумілими іншими людьми, отримати від них підтримку (останнім часом потреба в схваленні, яка реалізується через кількість символічних позначок схвалення «Мені подобається») (А. Лучинкіна, Н. Малєєва, Н. Немеш, В. Посохова та ін.).

Сучасні наукові погляди на властивості віртуальної комунікації в Інтернеті ґрунтуються на системному аналізі, узагальненні та систематизації дослідницького матеріалу. Вчені А. Засєкін, О. Зінченко, Ю.А. Кузнецова, Н. Назар та ін. приділяють увагу дослідженню особливостей впливу віртуального спілкування на розвиток підлітків, психологи А. Войскунський, А. Жичкіна, А. Лучинкіна аналізують ризики інтернет-залежності у підлітків,

педагоги Ю. Машбиць, М. Смульсон та інші наголошують на освітньому та розвиваючому значенні соціальних мереж та Інтернету в житті учнів.

У психолого-педагогічній літературі Інтернет визначається як соціальне явище (С. Михайлов), субкультура віртуального простору (І. Смирнова), засіб масової комунікації (О. Шеремет). Останнім часом посилюється науковий інтерес психологів до поведінки дітей, підлітків та молоді в Інтернет-просторі (Т. Веретенко, Н. Малєєва), до їх спілкування в соціальних мережах, до профілактики виникнення Інтернет-залежності (В. Посохова, Г. Турецька). Зростає інтерес до профілактики адиктивної поведінки підлітків у віртуальному світі (Т. Вакуліч, Н. Сергєєва та ін.). Як свідчить Н. Малєєва, у віртуальному просторі спілкування постає як відтворення, продовження соціальної реальності, що розширює простір самореалізації, активності, творчості та відпочинку [., с. 5]. Тому з активним розвитком соціальних мереж змінюється і зміст комунікативної діяльності сучасних підлітків та молоді, розширюється спектр використовуваних прийомів і практик взаємодії між учасниками віртуального простору [32,6].

Соціальні мережі стали невід'ємною частиною життя сучасних дітей та молоді. У роботі Я.Деркаченко зазначено, що під соціальною мережею розуміється соціальна структура, що складається з групи вузлів, які є соціальними об'єктами (в даному випадку - людьми), і зв'язків між ними (спілкування в соціальних мережах).

Соціальну мережу також можна визначити як багатопрофільний веб-сайт, контент якого наповнюється самими учасниками мережі. Цей сайт являє собою автоматизоване соціальне середовище, що дозволяє спілкуватися групі користувачів, об'єднаних спільними інтересами [11 , С. 53]. Основним принципом об'єднання користувачів у соціальній мережі є відповідність їхніх інтересів, матеріального становища, статі, належності до певної вікової групи, раси, національності, віросповідання, професії тощо [27, с. 139-140].

Використовуючи соціальні мережі, кожен може створити власний обліковий запис (сторінку, профіль, віртуальний портрет), розмістити основну інформацію про себе, власні фото, улюблені відео, аудіоматеріали, розповісти про свої хобі, інтереси, сферу діяльності, місце роботи і навчання. Доступ до цих даних можна отримати лише після реєстрації в певній соціальній мережі, де кожен учасник може самостійно контролювати прозорість даних для інших користувачів, відкривати чи закривати інформацію лише для друзів або для всіх учасників соціальної спільноти [Малєєва Н.; Чумакова В.].

На думку Є. Кулик та О. Бартош, соціальні мережі створюють особливе комунікаційне середовище, місце для взаємодії користувачів, головною ознакою якого є наявність спеціальних інструментів для пошуку нових контактів» [Е. Кулик]. За допомогою свого облікового запису ви можете шукати однодумців, друзів для хобі, знайомих для спілкування з різними цілями. Спілкування між учасниками соціальних мереж відбувається шляхом обміну короткими текстовими або мультимедійними повідомленнями.

Користувачі однієї соціальної мережі можуть переглядати, оцінювати за допомогою різних тегів (емотиконів) і коментувати фотографії, відео, аудіоматеріали, розміщені іншими користувачами для загального доступу на своїх сторінках. Кожен може стежити за подіями та змінами в інформації своїх друзів у мережі за повідомленнями, які з'являються у стрічці (Facebook, Instagram тощо) [Е. Кулик; А. Лучинкіна; Н. Малєєва].

Згідно з результатами дослідження американського розробника програмного забезпечення Adobe, кількість користувачів глобальної соціальної мережі «Facebook» перевищує 1,4 мільйона, а інтернет-сервіс «YouTube» має 1 мільярд облікових записів користувачів. За словами Г. Кучаковської, загальна кількість користувачів Інтернету в Україні – це переважно молодь працездатного віку 16-35 років, що становить 43% від загальної кількості населення. Найпопулярнішою соціальною мережею є «Facebook» — 3,2 млн користувачів, а також мережа блогів «Twitter» — 430

тис. акаунтів. Нині набирають популярності «Instagram» і «Tiktok» [Кучаковська Г., с. 149].

Згідно зі звітом соціальної мережі, перебування у Facebook та Instagram становить 20 відсотків усього часу, проведеного в житті. Щодня користувачі Facebook завантажують понад 200 мільйонів фотографій і залишають понад 2 мільйони коментарів на різних об'єктах мережі. Instagram — це «мобільний додаток, який набирає популярності серед підлітків і молоді, призначений для обміну фотографіями і відео, має елементи соціальної мережі, дозволяє робити фото і відео, застосовувати до них фільтри, а також поширювати їх через своє обслуговування та низку інших соціальних мереж [11,50].

За короткий час існування (з 2012 року) загальна кількість опублікованих в Instagram фотографій перевищила 60 мільярдів. Кожен день користувачі цього сервісу обмінюються понад 70 мільйонами фотографій і відео.

1.2. Роль соціальних мереж в процесі соціалізації та комунікації підлітків

У сучасних умовах розвитку технічного прогресу та інформатизації в усіх сферах життя людини надзвичайно швидкими темпами впроваджуються різноманітні комунікаційні та комп'ютерні технології, змінюються способи задоволення інформаційних потреб, форми дозвілля підлітків постійно розширюються.

Це пояснює незадоволеність однієї з важливих потреб підлітків у міжособистісному спілкуванні з оточуючими, під час якого вони вчать правильно взаємодіяти з іншими людьми, вчать будувати гармонійні стосунки з однолітками та старшими, на основі чого формується зміст унітністних орієнтацій. На думку О. Бікус, саме підлітковий вік є важливим у формуванні комунікативної компетентності особистості, оскільки в цей період відбуваються суттєві зміни в усіх сферах, які забезпечують формування комунікативних здібностей, значно розширюється практика спілкування, більше того, у процесі формування комунікативної компетенції людини відбуваються значні зміни у системі цінностей, відбувається формування нових міжособистісних стосунків, що стає предметом власної діяльності підлітка [3, с. 18].

У колі сім'ї починають формуватися комунікативні навички і навички дітей, які в підлітковому віці поступово вдосконалюються і набувають нового звучання. У стосунках з батьками та старшими членами сім'ї підлітки намагаються довести свою зрілість, а у взаємодії з однолітками усвідомлюють потребу в інтимно-особистісному спілкуванні.

Провідним видом комунікативної діяльності підлітків, у якому формується центральна інновація їх особистості, є інтимно-особистісне спілкування. Особливостями інтимно-особистісного спілкування підлітків є: позитивне емоційне забарвлення, довірливість, рівноправність учасників. У той же час такий тип стосунків можна встановити з однолітками і дорослими

(в окремих випадках). Проте, як доводить І. Кон, доросла людина менше пристосовується до інтимно-особистісного спілкування з підлітком, не завжди визнає його зрілість і готовність до самостійності, тому контакти з однолітками набувають для підлітка особливого значення. Саме в такій взаємодії підліток може повноцінно відчувати себе дорослим [21, с. 37]. На думку О. Мартиняка, нормальний розвиток ціннісних орієнтацій підлітків неможливий без інтимно-особистісного спілкування. Саме через спілкування з однолітками підлітки усвідомлюють такі можливості процесів спілкування, як обмін інформацією (новими даними, своїми думками, враженнями); вдосконалення власних навичок взаємодії з іншими; збагачення навичок емпатії у стосунках з іншими; налагодження контактів з представниками протилежної статі, вивчення специфіки гендерних ролей; здобуття автономії, певної незалежності від дорослих [33., с. 292].

Важливим фактором розвитку комунікативних навичок та системи цінностей у підлітковому віці є спілкування в малих групах. Підлітки, коло спілкування яких не обмежується близькими друзями, мають стійке бажання приєднатися до неформальних груп чи товариств, бажають належати до певних груп, спільнот тощо. Спілкуючись з однолітками, підлітки намагаються реалізувати не тільки потребу в інтимно-особистісному спілкуванні, а й зайняти певне місце в колективі, позицію, яка їх задовольняє. За словами В. Косташа, «для одних підлітків це прагнення може виражатися в бажанні зайняти позицію лідера в групі, для інших — стати визнаним, улюбленим другом, для третіх — бути беззаперечним авторитетом у певній справі, але в будь-якому випадку це головний мотив поведінки підлітків» [23, с.114].

На думку О. Боровець, набуття комунікаційної компетентності є важливим у підлітковому віці, адже спілкування для підлітків є однією з найважливіших потреб, яка супроводжується комплексом переживань. Згідно з результатами досліджень 12-13-річних підлітків, половина з них має високі комунікативні схильності, їм властиві постійна потреба в комунікативній

активності, здатність орієнтуватися в будь-якій новій групі або складній ситуації»; вони легко встановлюють контакти з новими людьми» [4, с. 25].

Третина підлітків впевнені, що спілкування є необхідним для досягнення певного особистого успіху, але вони часто відчувають труднощі, коли мова йде про спілкування з незнайомими людьми. Проте є й ті підлітки, які мають вузьке коло друзів і відчувають певні труднощі у встановленні контактів з оточуючими. О. Боровець зазначає, що такі підлітки характеризуються однолітками як відчужені, непопулярні чи сором'язливі. Відстороненість некоммунікбельних підлітків викликана почуттям нерозуміння, переживанням неповаги чи несправедливості у ставленні, відсутністю друга чи іншої близької людини. Для підлітків, які мають комунікативні труднощі, характерними рисами особистості є сором'язливість, невпевненість у власних силах і можливостях [4].

Психолог А. Реан виділяє ці три основні функції спілкування підлітків: важливе специфічне джерело інформації; специфічний тип міжособистісних стосунків, що виробляє необхідні навички соціальної взаємодії; специфічний вид емоційного контакту, що дає відчуття емоційного благополуччя. Усвідомлюючи ці функції у спілкуванні з однолітками, підліток поступово виходить за межі шкільного життя та навчальної діяльності, проявляє нові інтереси, опановує нові види діяльності, виявляє себе в міжособистісних стосунках, які виділяються для підлітка в окрему і надзвичайно важливу сферу життєдіяльності. На думку В. Лавриненко, «досвід спілкування підлітка впливає на його розуміння життя, визначає структурну організацію і зміст його мотиваційно-ціннісної сфери [31, с. 84].

Існує й зворотня залежність, а саме особливості ціннісної сфери підлітків значною мірою визначають їх здатність до самореалізації в системі контактів з однолітками, уникнення почуття самотності, займають бажане місце в системі стосунків з оточуючими. Розглядаючи вікові та психологічні особливості розвитку комунікативних навичок у підлітків, В. Косташ зазначає, що їх позитивними сторонами є: спрямованість на встановлення

нових контактів, бажано інтимних; збагачення діалогічного та монологічного мовлення. А до негативних ознак підліткового спілкування можна віднести недостатній рівень розвитку навичок аудіювання, високий рівень конформності, егоцентричну спрямованість дітей, прояви тривожності у спілкуванні. Підлітки часто вдаються до використання «лайків», що спрямовані на емоційний, а не на раціональний тип взаємодії [31, с. 114].

У роботі Є. Хоменко розглянуто особливості комунікативної діяльності підлітків та приділено увагу визначенню великої ролі гармонійного впливу педагогічної взаємодії вчителя з учнями на формування особистості підлітка. На думку дослідниці, вміло сплановане педагогічне спілкування з підлітками благотворно впливає не лише на якість навчання, а й на гармонійний і цілісний розвиток особистості в підлітковому віці. Загалом підлітки стають більш вразливими до критики з боку вчителів, у них знижується продуктивність навчальної діяльності. Водночас вони підвищують вимогливість до вчителя, визначають важливість професійних та індивідуальних якостей вчителя. У цей час у спілкуванні підлітків і вчителя може виникнути особливий емоційний зв'язок, який повинен враховувати їх вікові та психологічні особливості розвитку, схильність до наслідування і навіювання, характер звичок, стан здоров'я, спосіб життя, умови індивідуальної взаємодії з учнями, а також особистісні новини, що виражають тенденцію підлітків до самореалізації та самодостатності [49, с. 241].

На думку О. Корніяк, для успішності комунікативної діяльності підлітків необхідний певний рівень розвитку комунікативних навичок. Актуальними для підлітків є також вміння встановлювати нові контакти та ініціювати розмову, розвинуті навички діалогічного спілкування, розвинене вміння будувати безперервні монологічні розповіді та описи, вміння слухати та впливати на інших. Важливим чинником комунікативної діяльності підлітків є вміння спиратися на етичні основи спілкування, сформовані навички поведінки в конфліктній ситуації, комунікативні вміння [22, с. 18].

На думку О. Касьянової, до складу комунікативної компетентності підлітків, яка зумовлює успішність спілкування з однолітками та дорослими, входять такі компоненти:

- знання норм і правил спілкування, стилів взаємодії, вербальних і невербальних засобів, спілкування, усвідомлення важливості їх використання, знання комунікативних якостей та їх ролі в спілкуванні (когнітивний компонент);
- гуманістична спрямованість особистості на взаємодію, емоційно-позитивне ставлення до партнера по спілкуванню; готовність до встановлення з ним емоційного контакту, проявів емпатії (емоційно-ціннісний компонент);
- сформованість до наявності та готовності до реалізації комунікативних умінь і навичок, що забезпечують успіх у спілкуванні (поведінковий компонент) [19, с. 13].

На думку О. Бікус та В. Волошиної, у підлітковому віці необхідно формувати такі компоненти комунікативної компетентності, які забезпечують успішність спілкування дітей з оточуючими:

- орієнтація в різноманітних ситуаціях спілкування, яка базується на знаннях і життєвому досвіді дитини-підлітка;
- здатність до ефективного спілкування з іншими завдяки саморозумінню та розумінню однолітків і старших в умовах постійних змін у міжособистісних стосунках, умовах соціального середовища, а також власних психічних станах;
- адекватна орієнтація підлітка в собі - у власних психологічних можливостях і можливостях партнера, в ситуації спілкування;
- бажання та вміння встановлювати контакт з людьми;
- володіння внутрішніми засобами регулювання комунікаційних дій;
- уміння та навички конструктивного спілкування [3, с. 20-21].

Водночас дослідниця З. Зеленська вказувала на важливість таких психологічних характеристик міжособистісного спілкування підлітків, як

емпатія та афіліація, і виявила, що хлопчики-підлітки мають більше емоційних бар'єрів у спілкуванні і їм важче керувати власними емоціями ніж дівчатам. У дівчаток краще, ніж у хлопчиків, розвинена емпатія до тварин, дітей, творів мистецтва, емпатійні нахили та комунікативні якості. Тому більшість підлітків потребує цілеспрямованої роботи з підвищення рівня емпатійних схильностей, формування навичок саморегуляції у спілкуванні, а також забезпечення психологічних умови для подолання та попередження емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні [15, с. 308-309].

Водночас дослідники О. Бікус та В. Волошина зазначають, що умовами, які сприяють формуванню комунікативних процесів підлітків, є:

- 1) навчання комунікативним навичкам у процесі виховання в родині;
- 2) розвиток інтелектуально-особистісної рефлексії, що дає змогу краще зрозуміти партнера по спілкуванню, оцінити ситуацію спілкування, а також сприяє формуванню адекватної самооцінки, позитивної самооцінки;
- 3) розвиток особистісних якостей емпатії, доброзичливого ставлення до себе та інших, відповідної впевненості в собі, орієнтації на співпрацю у процесі виховання в сім'ї та школі [3, с. 22].

Оскільки соціалізація підлітків та формування їх системи цінностей, на думку Я. Шугайла, відбувається через спілкування з оточуючими людьми, то комунікативні вміння та навички школярів слід формувати й удосконалювати лише в практичному спілкуванні. Для формування комунікативних процесів і умінь підлітків доцільно організовувати цілеспрямовану діяльність, використовуючи при цьому такі форми організації навчальної діяльності, як тренінги, бесіди, дискусії, колективні навчальні дії, що включають моменти групового спілкування, дають змогу практично розвивати комунікативні навички учасників співбесіди [53, с. 22].

В умовах активного спілкування підлітків формується культура спілкування, яка, на думку В. Тернопільської, виявляється в умінні використовувати у взаємодії соціальні навички, пов'язані з розумінням,

врахуванням особливостей іншої людини. У міжособистісному спілкуванні важливо вміти встановлювати та підтримувати контакт, проявляти ініціативу у спілкуванні; передбачити можливий розвиток ситуації спілкування з метою подолати психологічні бар'єри; вибрати відповідну манеру поведінки, жестів, міміки тощо [45, с. 112].

Тому провідним видом комунікативної діяльності підлітків є інтимно-особистісне спілкування, без якого неможливий нормальний розвиток їх ціннісних орієнтацій. Інтимно-особистісне спілкування найчастіше реалізується при взаємодії з однолітками, оскільки дорослі ще не готові визнати рівність позицій з підлітком, прийняти його самостійність. Через спілкування з однолітками підлітки обмінюються інформацією, вдосконалюють власні навички взаємодії з оточуючими, збагачують навички емпатії у стосунках з оточуючими, засвоюють специфіку гендерних ролей, набувають автономії, певної незалежності від дорослих.

1.3. Досвід використання соціальних мереж в навчальному закладі

Питання надмірного використання гаджетів та залежності підлітків від Інтернету гостро виникає з піших днів навчання в Ореховській гімназії. Слід зазначити, що педагогічний колектив приділяє увагу та докладає зусиль для вирішення цієї проблеми. У 21 столітті неможливо заборонити інтернет чи смартфон. Вчителі швидко пристосовуються до умов зовнішнього середовища, які істотно змінилися.

Відчуваючи підлітків, сучасні настрої та тенденції педагоги по-перше, підтримують сучасний глобальний процес оцифрування, а по-друге, вони все ще намагаються запровадити різні типи діяльності без Інтернету. Наведу кілька прикладів. Класний керівник створює групу у Viber та Telegram з батьками відразу при вступі в школу групу з учнями, яка розповідає про різний підхід і врахування сучасних і вікових особливостей учасників навчально-виховного процесу.

Наші результати підтверджують це дослідження: Telegram – найпопулярніша соціальна мережа серед сучасних підлітків.

Навчальний заклад має сторінки у Facebook та Instagram. Ми можемо їх порівняти. Наші результати спостереження встановили, що підлітки віддають перевагу Instagram порівняно з Facebook.

Учні, вчителі та класні колективи мають сторінки в соціальних мережах.

Як правило, класний керівник підписаний на всіх учнів свого класу, а учні підписані на сторінки вчителів - предметників, та своїх однолітків. Водночас цікаво, що вони обмінюються у більшості випадків лише реакціями (лайками) на фотографії чи історії. На нашу думку все це створює умови для взаєморозуміння і взаємодії не тільки в питаннях освіти, а й за межами навчального закладу. На сторінці класу є деякі особливості. Зміст редагує класний керівник, відповідає за все особа, яка є адміністратором сайту і має

право на публікацію інформації, додавати друзів, видаляти матеріали, ділитися історією тощо. Наповненням сторінки займаються усі учні класу.

Класний керівник дає завдання підготувати інформацію на різноманітні актуальні теми життя сучасних підлітків. Особливо розвинуті токи напрямки, як «Шкода куріння», «Нешкідлива звичка», «Здоровий спосіб життя», «Цікавинки з хімії, фізики, історії та інших предметів» тощо. На сайті багато фото і відео, відео, пов'язані з подіями шкільного та позашкільного життя. Прикладом осучаснення та цифровізації навчального процесу є присутність на каналі YouTube дуже прогресивних викладачів.

Так, представники педагогічного колективу проводять нестандартні заняття, організовують творчі проекти. Ось приклад одного з них. Клас ділиться на 3 групи. Перша група - «XIX століття» дається завдання виміряти відстань і скласти план школи за допомогою вимірювального приладу «Шагомір», друга команда – «XX століття» – за допомогою рулетки, третя команда – «XXI століття» - за допомогою лазерної рулетки. Складнощі в процесі виконання завдання та його результати були обговорені, а в результаті можна переглянути уривок з уроку на каналі YouTube. Такий погляд стимулює творчі здібності, розвиває вміння працювати в команді, комунікативні навички, підтримує лідерство та організаційний розвиток здібностей, створює емоційно сприятливу атмосферу, підтримує краще володіння матеріалом і вміння логічно мислити.

Досвід показує, що учні мають електронний щоденник з розкладом, домашніми завданнями, де можна подивитися оцінки учня та середній бал, а також місце учня в класному та шкільному рейтингах. Є можливість зворотного зв'язку з учителями та класним керівником.

Будь-яка подія одразу переноситься в онлайн-простір: навчання, конкурси, веселі шоу чи ігри, квести та ін. Крім того, слід зазначити, що робота постійно проводиться як з батьками так і учнями щодо кількості часу, проведеного в Інтернеті.

Обговорюється мета використання Інтернет-ресурсів. Виникає проблема постійні «виклики учнів», які помічають викладачі. На початку уроку учні кладуть свої телефони в спеціальну коробку і вони повертають їх після занять. В класах грають у шахи, шашки, інші ігри на перерві. Коли є вільний час, проводяться колективні цікаві ігри, наприклад «Мафія». Міні-змагання відбуваються в класі, коли учні діляться на малі групи та отримують різні призи а завдання пропонуються здебільшого на логіку та кмітливість.

Висновки до розділу I

Типовими психологічними особливостями підліткового віку є потреба в спілкуванні з однолітками, прагнення до дорослішання, переживання кризи ідентичності, зростаюча потреба в досягненні соціального статусу в групі референтних осіб (класі, групі друзів, соціальній спільноті). У підлітковому віці, коли розширюються інтелектуальні здібності і зростають фізичні сили організму, вдосконалюється самооцінка і формується моральна самосвідомість. Підліток починає краще розуміти себе, набуває навичок самовизначення, прагне до самоствердження. Основним новоутворенням цього віку є прагнення до дорослості та відстоювання власної незалежності у спілкуванні з батьками та вчителями, що часто погіршує стосунки між ними. Підліток категорично відмовляється бачити себе дитиною, але він також ще не готовий до зростаючої відповідальності, тому у стосунках з дорослими часто виникають конфлікти і суперечки, які він поки не знає або не хоче вирішувати мирним шляхом. У спілкуванні з однолітками підліток насамперед шукає себе, вчиться розуміти свій внутрішній світ, пізнає свій характер, риси особистості, оцінює товариша.

Основним видом спілкування підлітків є інтимно-особистісне, яке краще реалізується в контактах з однолітками, оскільки дорослі ще не готові визнати зрілість і самостійність, автономність підлітків, а однолітки здатні їх зрозуміти і підтримати. Важливим фактором формування комунікативних процесів у підлітковому віці є спілкування в малих групах. Спілкуючись з однолітками, підлітки намагаються усвідомити потребу зайняти певне місце в колективі, положення, яке їх задовольняє. Проте через нестійкість психіки, недостатню сформованість регулятивних процесів, слабкість емоційно-вольової сфери у підлітків виникають труднощі у встановленні гармонійних і доброзичливих стосунків з оточуючими людьми. Занурюючись в інтернет-спілкування, він усвідомлює потребу в контактах, підтримці та розумінні з боку однолітків, але він також стикається з певними характеристиками

віртуального спілкування, які негативно впливають на його особистість та переформовують його ідентичність. Тому в підлітковому віці для правильного формування ціннісних орієнтацій важливо набути належного рівня комунікативних навичок, які включають такі компоненти: знання норм і правил спілкування, вербальних і невербальних засобів спілкування, усвідомлення важливості їх використання; оптимальний рівень міжособистісної взаємодії, емоційне та позитивне ставлення до партнера; готовність до встановлення з ним емоційного контакту, проявів емпатії; готовність до реалізації комунікативних умінь і навичок, які забезпечать успіх у спілкуванні; у діалозі та взаємодії.

В сучасних умовах глобальної цифровізації та активного доступу до Інтернету соціальні мережі та віртуальний світ є продовженням реального життя сучасного підлітка, що надає йому достатньо можливостей для задоволення потреб у спілкуванні, навчанні та відпочинку.

З розвитком комп'ютерних технологій актуальність профілактики інтернет-залежності серед підлітків стає все більше актуальною.

Враховання особливостей віртуального спілкування підлітків у соціальних мережах (анонімність, безкарність поведінки, швидкість та емоційність, мозаїчність спілкування, відчуття постійного потоку інформації, наявність специфічного етикету спілкування), підлітки навчаються певним методам і стратегіям взаємодії, непридатним у реальному спілкуванні, набувають досвіду різноманітних форм спілкування, але не знають, як їх можна використовувати в реальному житті. Тому гостро стоїть проблема корекційної роботи з підлітками, залежними від Інтернету, які мають недостатньо або нерозвинену систему цінностей та комунікативні навички і вміння, схильні до ризикованої поведінки в Інтернеті.

Розділ II. Теоретичні аспекти впливу інтернет-комунікації на систему цінностей підлітків

2.1. Психологічна характеристика формування ціннісних орієнтацій у підлітковому віці

Ціннісні орієнтації - найважливіший компонент свідомості особистості, що істотно впливає на сприйняття навколишнього середовища, ставлення до суспільства, соціальної групи, на уявлення людини про себе. Як елемент структури особистості вони відображають її внутрішню готовність до певної активності із задоволення потреб та цілей, дають напрямок її поведінки у всіх сферах діяльності. Специфіка ціннісних орієнтацій полягає у тому, що вони дуже тісно пов'язані з поведінкою суб'єкта, управляють цим процесом як усвідомленою дією.

Ціннісні орієнтації є особливим чином структурованою та ієрархічною системою уявлень, що виражають суб'єктивне ставлення особистості до об'єктивних умов життя, детермінують більшість вчинків та дій людини, актуалізують, тобто виявляють себе в її практичній поведінці. Таким чином, можна стверджувати, що ціннісні орієнтації є стрижневою, базисною характеристикою особистості, що відображає її соціальну природу.

Таким чином, можна стверджувати, що ціннісні орієнтації є результатом внутрішньої та зовнішньої взаємодії у процесі розвитку особистості, тобто суб'єктивним відображенням об'єктивного світу у свідомості конкретного індивіда. Засвоєні цінності грають величезну роль у визначенні спрямованості індивіда, його орієнтації у соціальному середовищі. Ціннісні орієнтації підлітка формуються поступово у процесі його соціалізації шляхом проникнення соціальної інформації у індивідуально-психологічний світ дитини. Формування системи ціннісних орієнтацій є процес становлення особистості, і ця система є засобом реалізації певних суспільних цілей. Механізм ціннісної орієнтації

реалізується за такою послідовністю: «потреба - інтерес - установка - ціннісна орієнтація». Інтерес - це усвідомлена потреба, установка - схильність до певної оцінки на основі соціального досвіду, що набуває особистість по відношенню до тих чи інших соціальних явищ і готовність діяти відповідно до цієї оцінки. Ціннісна орієнтація сприймається як загальна спрямованість свідомості та поведінки особистості [2, с. 61].

Докладніше зупинимося на процесі формування ціннісних орієнтацій. У пізнанні особливостей соціального розвитку та характеру процесу соціалізації підлітковий вік займає особливе місце. Він розглядається як специфічний пубертатний період, що характеризується особливою динамікою «переростання» попередньої фази розвитку та становлення нової системи життєвих орієнтацій. Саме тому актуальним залишається розкриття структурно-змістовних характеристик, тенденцій, чинників, умов, що визначають процес соціалізації підлітка, формування його соціальної позиції, самовизначення.

Характерною особливістю підліткового віку є формування особливого типу молодіжної субкультури, на яку впливають фундаментальні механізми культурної трансформації нового типу ціннісно-нормативних моделей [3, с.128].

Психологи під час аналізу механізмів формування ціннісних орієнтацій особливу увагу приділяють ролі виховання, фіксованих соціальних установок, переконань. Під інтеріоризацією розуміється процес перетворення соціальних ідей як специфічного досвіду людства, у власні особистісно-значимі цінності, що спонукають індивіда до позитивних вчинків і стримують від негативних. Отже, інтеріоризація - це процес засвоєння соціальних норм, а й становлення цих ідей домінантами, регуляторами життя. Соціальні ідеї вважаються інтеріоризованими, коли людина їми опановує настільки, що вважає їх власними принципами, цінностями. Таким чином, процес формування ціннісних орієнтацій є процесом переведення об'єктивних цінностей у суб'єктивні, особистісно значущі. А, отже, виникає

завдання формування у дитини неусвідомлених рушійних сил для просоціальної поведінки та внутрішніх «гальм», що стримують негативну, асоціально поведінку. На цьому будується концепція вільного виховання, яка відмовляється від примусу, але лише за умови сформованості певних внутрішніх регуляторів поведінки дитини [3, с. 130].

Найбільш значущою для підлітка є особиста участь у соціально значущих подіях. У цьому аспекті Т. Тітова зазначає, що у підлітковому віці важливі не стільки самі соціальні ідеї, скільки емоційне ставлення дорослих до цих ідей і побудова у цьому відношенні поведінки. У молодшому підлітковому віці перший план висуваються задоволення, пережите завдяки правильному вчинку, і страждання через поганий вчинок. За умов негативного емоційного досвіду формується і негативна позиція особистості. Так, встановлено, що у деструктивних сім'ях діти практично не відчують позитивних переживань, і це є основною причиною формування їхньої негативної позиції. І, навпаки, створення умов позитивних емоційних переживань формує сприятливі передумови для змін негативної позиції. Процес виховання слід будувати таким чином, щоб для підлітка він виступав як задоволення його особистісних потреб, інтересів, як процес його власної самореалізації [4, с. 156].

Також можна виділити два аспекти засвоєння підлітками цінностей: процесуальний та змістовний. Змістовий компонент реалізується через засвоєння знань про цінності, норми поведінки, здатність до співчуття та співпереживання, усвідомлення необхідності певної поведінки відповідно до цінностей, готовність діяти відповідно до наявних знань, але має низку таких рис, як нестійкість, несформованість, суперечливість, що обумовлено віковими особливостями підлітків. Процесуальний аспект включає в себе етапи освоєння підлітками моральних цінностей: від пізнання змістового змісту моральних норм і цінностей до їх реалізації в поведінці. Кожен із цих етапів залежить від особистої значущості для підлітка моральної цінності, знання її сутності, готовності та вміння реалізувати її у поведінці, від

соціальних та педагогічних умов, у яких відбувається процес освоєння [4, с. 157].

Процес формування ціннісних орієнтацій передбачає наявність трьох взаємозалежних фаз, які забезпечують розвиток. Фаза присвоєння особистістю цінностей суспільства в міру свого функціонування продукує ціннісні відносини – ціннісні орієнтації та ієрархічну систему ціннісних орієнтацій. Фаза перетворення, базуючись на привласнених цінностях, забезпечує перетворення образу «Я», що розвивається у взаємодії "Я реальне" "Я ідеальне" - "життєвий ідеал". Фаза прогнозу - завершальна, що забезпечує формування життєвої перспективи особистості як основного критерію ціннісних орієнтацій.

Необхідність вивчення особливостей ціннісних орієнтацій сучасних підлітків полягає в тому, що від розуміння особливостей цього процесу залежить які цінності будуть формовані в підлітків сьогодні, наскільки вони будуть готові до нового типу соціальних відносин, залежить шлях і перспективи розвитку нашого суспільства.

Результати числених досліджень свідчать про те, що суттєві зрушення в житті суспільства відбиваються на формуванні ціннісних орієнтацій сучасних підлітків, що проявляється у переважанні цінностей, пов'язаних з індивідуальним, особистим життям конкретної людини, а також у значній варіативності індивідуальних систем ціннісних орієнтацій.

Таким чином, ми можемо зробити висновок, що формування системи ціннісних орієнтацій особистості є предметом різнопланового вивчення психологами та педагогами. Дослідження подібних питань особливого значення набуває у підлітковому віці, оскільки саме з цим періодом онтогенезу пов'язаний той рівень розвитку ціннісних орієнтацій, який забезпечує їх функціонування як особливої системи, що має визначальний вплив на спрямованість особистості, її активну соціальну позицію.

У психологічній науці підлітковий вік вважається кризовим періодом переходу від дитинства до дорослості і тому підлітковий вік вважається

одним з найбільш складних і відповідальних у формуванні системи цінностей у житті особистості. На тлі фізичного розвитку і докорінної перебудови усіх фізіологічних систем організму у дитини відбуваються глибокі психологічні зміни, формується її характер, розвивається світогляд та система ціннісних орієнтацій. Наприклад, суттєві зміни відбуваються у царині особистісних інтересів та мотиваційної сфери. В процесі самовизначення підліток, відповідає на питання «Хто я?», тобто проходить складний процес особистісної самоідентифікації, він заперечує свою приналежність до дітей, тобто свою попередню ідентичність, прагне бути і вважатися іншими вже дорослим. Підліток починає ідентифікувати себе і відчуває себе дорослою людиною, однак часто це викликає супротив з боку батьків, вихователів, вчителів, і, взагалі, усіх дорослих. Труднощі у взаєморозумінні дорослих і підлітка, який прагне дорослішати, породжують проблеми у стосунках між ними, викликають негативізм, упертість підлітків, що активізує їх бажання довести справжність свого «Я» ризикованими вчинками, несподіваними видами діяльності, оскільки підліток вірить, що інакше його не почують [13, с. 166].

Згідно з Л. Орбан-Лембрик, характерними ознаками підліткового віку є: прискорений і нерівномірний розвиток організму в період статевого дозрівання, що ускладнює психічне і фізичне самопочуття підлітка; зміни у стосунках з дорослими, від яких вимагається усвідомлення зростання підлітка, його бажання бути дорослим; зміни у стосунках з однолітками, викликані зростаючою потребою в самопізнанні, вивченні себе у взаєминах з іншими. Це актуалізує поглиблення потреби у спілкуванні з однолітками, в яких підліток шукає насамперед себе [13].

На думку А. Зім'янського, дитина у підлітковому віці стає активною, активним суб'єктом у сфері саморозвитку, саме тут виникають сприятливі психологічні умови для розвитку самосвідомості, а саме: інтелектуальної, емоційно-вольової і соціальної сфери діяльності, розвивається міжособистісне спілкування, у підлітка посилюється почуття зрілості,

потреба в самоствердженні, створюється новий рівень самосвідомості і ускладнюється система ціннісних орієнтацій [16, с. 252].

На думку С. Белякової та К. Швокової, якісні зміни в інтелектуально-емоційній сфері зумовлюють новий рівень самоусвідомлення особистості підлітка, активізують його потребу в самоствердженні [2, с. 454], а на думку І. Булак, «формування самосвідомості в підлітковому віці полягає у визначенні нової внутрішньої позиції, в основі якої лежить бажання бути дорослим, відповідальним за себе та інших, здатним самостійно відстоювати свої думки та переконання [5].

У підлітковому віці в процесі навчання відбуваються значні зміни в розвитку когнитивної діяльності. Цей період є часом інтенсивного інтелектуального розвитку, який характеризується високим рівнем розвитку здатності абстрактно мислити й узагальнювати, здатності обґрунтовувати свої судження. Підліток здатний систематично вивчати основи наук, логіка викладу навчальних дисциплін вимагає, щоб у нього було сформоване вміння самостійно мислити, порівнювати, узагальнювати та робити висновки [55, с. 431]. К. Гуревич зазначає, що в підлітковому віці спостерігається значний розвиток логічного мислення [10].

Підлітки цікавляться не тільки конкретними фактами, а й їх аналізом, шукають причини їх виникнення, намагаються виділити головне, суттєве в інформації, яка доходить до них із навколишнього світу, вчать доводити свою думку, опановують умінням обґрунтовувати свої думки, доказами доводити певні твердження, узагальнювати та систематизувати. У цей час розвивається й абстрактне мислення, але, як свідчить Б. Якимчук, у більшості підлітків ще низький рівень розвитку аналітичної та синтетичної діяльності.

Окремі підлітки важко встановлюють причинно-наслідкові зв'язки, при цьому спостерігається цікава закономірність, коли підлітки набагато легше встановлюють причини подій чи явищ, ніж їх наслідки. Підліткам ще дуже важко оперувати негативними судженнями, робити з них негативні висновки з конкретного випадку (їм важко засвоювати моральний бік негативних

ситуацій, вони не вчать на власних помилках). Ще важче підлітку з двох загальних положень зробити окремий висновок, оперувати обмеженими умовиводами та виключеннями. Підлітки більшою мірою володіють не дедукцією, а індуктивним методом» [55, с. 432].

Головне нове утворення – це прагнення до дорослості, що також впливає на особливості інтелектуального розвитку підлітків, зумовлює розвиток самостійності та критичності мислення, прагнення мати власні судження та думку з різних питань, відстоювати свою думку. Розвиваються також мовленнєві навички, які особливо пов'язані з умінням обґрунтовувати свої думки. На думку Б. Якимчука, розвиток мисленнєвої діяльності підлітків позитивно впливає на вдосконалення й активізацію всіх їхніх психічних процесів, таких, як сприймання, увага, пам'ять. Водночас дослідник зазначає, що в підлітковому віці обсяг пам'яті збільшується не лише завдяки кращому запам'ятовуванню матеріалу, а й кращим здібностям до його логічного розуміння. Також поліпшується розвиток пам'яті у підлітків, вона стає більш організованою і регульованою. Спостерігається поступовий розвиток вербальної пам'яті, підвищується продуктивність короткочасної і довготривалої пам'яті. Також концентрується увага і сприйняття підлітків, учні підпорядковують свої пізнавальні процеси своїм інтересам і цілям діяльності [55, с. 432].

До індивідуально-психологічних особливостей розвитку в підлітковому віці належать також вікові (кризові) явища, що виникають у соціально-психологічному розвитку особистості. Зокрема, Е. Еріксон вважав підлітковий вік важливим у психосоціальному розвитку і виділяв кризу «самоідентичності» у віці 12-14 років. Він вказував на велике значення кризи ідентичності в самовизначенні особистості, оскільки криза, яка полягає в неспроможності існування попередньо засвоєних соціальних ролей, стимулює підлітка до розуміння нових ролей і прийняття нових способів поведінки, затверджувати реальні форми і стратегії, які дозволяють просуватися до саморозвитку і самовдосконалення [54].

Психолог Л. Анн вікову кризу підліткового віку оцінює у двох формах:

- перша – це криза самостійності, підліток заперечує свою приналежність до дітей, що проявляється впертістю, знеціненням впливом дорослих, негативним ставленням до вимог, які були раніше. Незважаючи на негативізм і гіпертрофовані емоційні реакції підлітків, цей варіант кризи стимулює розвиток і є певним стартом для просування в особистісному розвитку;

- друга – криза залежності, яка має протилежний прояв – покірність, слухняність, залежність від дорослих чи сильних членів колективу, це «повернення до старої системи стосунків, яка гарантувала емоційне благополуччя, відчуття довіри, безпеки» [1].

Характерними особливостями розвитку підлітка є також акцентуації особистості, які зумовлені не набутими, а вродженими властивостями нервової системи. Це означає, що усунути або радикально виправити їх неможливо, але, вчасно розпізнавши їх і врахувавши у виховній роботі з підлітками, можна запобігти різним проблемам розвитку особистості, запобігти емоційним зривам або утворенню відхилень у поведінці» [13, с . 167]. Акцентуації особистості найчастіше служать сприятливим ґрунтом для прояву специфічних поведінкових реакцій, характерних для підліткового віку, вони можуть проявлятися у вигляді неконтрольованої поведінки і труднощів соціалізації в поєднанні з порушенням побудови загальноприйнятої системи цінностей [13, с. 167].

Крім того, підлітку важливо самоствердитися у відносинах і отримати соціальний статус. С. Беляєва та К. Шовкова, розкриваючи вікові особливості змін мотиваційної сфери підлітків, зазначають, що в наш час змінюється зміст освіти, оскільки засвоєння знань може виходити за межі школи, навчальних програм і здійснюватися самостійно» (за рахунок задоволення інтересів підлітків до пізнання нового в гуртках, групах за інтересами, позашкільних закладах неформальної освіти (танцювальних студіях, школах

мистецтв тощо). Зміни мотиваційних потреб підлітків, які призводять до появи цілого ряду специфічних вимог, які виражаються в прагненні знайти своє місце серед однолітків, вийти з класу, дому і включитися в сучасне життя [2, с. 456].

Підлітковий вік також характеризується бажанням спілкуватися з людьми, схожими на них, тобто з ровесниками. І якщо підліток не отримує розуміння і підтримки в родинному колі, він почне шукати її в інших місцях. Підліток, який потерпає від недоліку увагу з боку батьків, намагається привернути увагу однолітків, вступає в різноманітні групи (іноді з ризикованою поведінкою, вживанням алкоголю та наркотиків). У таких випадках можливе формування системи ціннісних орієнтацій асоціальної особистості, втрата зв'язку з морально-етичними нормами та правилами співіснування в суспільстві [13].

За нашими спостереженнями, підлітки найчастіше належать до соціальних груп однолітків з переважно адекватною поведінкою, яка в сучасних умовах інформатизації зводиться до їхнього занурення у світ інформаційно-комунікаційних технологій, захоплення комп'ютерними іграми, новими цікавими пристроями з метою встановити різноманітні функції та можливості (фото, відеотехніка з виходом в Інтернет).

Водночас підлітковий вік є сензитивним періодом для розвитку спілкування, остаточного вдосконалення цього виду здібностей, засвоєння моделей поведінки та соціальних ролей, набуття досвіду спілкування та культури спілкування» [25, с. 95]. Підлітки, які прагнуть визнання власної дорослості, часто не сприймають типові дитячі стосунки з дорослими як такі, що не відповідають їх уявленням про власну дорослість. Діти-підлітки вимагають поваги до власної особистості, довіри та незалежності, тобто суттєво обмежують права дорослих і розширюють власні [4, с. 25].

Нові форми взаємодії підлітків і дорослих поступово витісняють старі, але вони співіснують тривалий час, що спричиняє конфлікти, непорозуміння та труднощі у спілкуванні підлітків з батьками, вчителями та іншими

дорослими. В. Лавріненко свідчить, що в підлітковому віці відбувається активне психологічне становлення особистості, яке пов'язане із зростанням комунікативної активності дітей, суттєвою перебудовою всього їхнього психічного життя, формуванням головних особистісних новоутворень – почуття дорослості, почуття власної свідомості, свідомості інших дітей, самоусвідомлення. Істотна перебудова всього свого психічного життя, відчуття дорослості, почуття зрілості і при цьому розумова недосконалість дитини, недостатні самооцінка, рефлексія та розуміння життя. На думку В. Лавріненко, зміст спілкування підлітків, особливості їх комунікативних умінь і навичок певною мірою визначаються їх змістовими настановами через інтеріоризацію соціального досвіду через механізми сприйняття, соціалізації, засвоєння моделей поведінки і рефлексію. Зіставляючи оцінку поведінки і вчинків учнів з оточуючими і з власним баченням, підліток створює уявлення про себе, в результаті чого виникає самооцінка, оптимізується самооцінка і створюється «Я-образ» [28, с. 84].

Під час рефлексії підліток помічає свої особливості, певні риси свого Я-образу, досліджує свої інтереси та переконання, створює систему ціннісних орієнтацій, сприймає змістовні настанови та життєві сенси. У результаті діяльності та самореалізації у підлітка формується змістовна сфера цінностей, формуються особистісні конструкти, які дозволяють краще зрозуміти сенс життя, усвідомити себе як суб'єкта самореалізації, партнера в міжособистісному спілкуванні, стосунках взаємодії. У процесі дорослішання підліток набуває вміння узгоджувати свої внутрішні бажання та здібності з власними стратегічними цілями. Відбувається перевірка своїх здібностей, удосконалення життєвих планів, які поступово позбавляються максималізму і набувають ознак реальності.

У підлітковому віці розвиваються особистісні риси характеру, усвідомлюється сенс життя, який згодом стає визначальним джерелом самореалізації особистості. В. Лавріненко свідчить, що в цьому віці процес самореалізації набуває самостійного, самоорганізованого, творчого

характеру, а підліткові кризи стають конструктивними. Підліток починає усвідомлювати життя як потік «творення життя» і переживання самого сенсу існування, що зумовлює формування почуття спокою з процесом самореалізації та потреби в подальшому розвитку [28, с. 90].

Тому розвиток смислової сфери у підлітків тісно пов'язаний з особливостями перебігу пізнавальних процесів, складністю механізмів регуляції їх поведінки, специфікою сприйняття цінностей соціального середовища» [28, с. 93].

Досліджуючи особливості розвитку особистості в підлітковому віці, Г. Мільчевська зазначає, що підліток умовно проходить три етапи свого становлення: самопізнання, саморозвиток і самовдосконалення. Процес самопізнання включає вивчення людиною самого себе, розкриття власних здібностей і можливостей, що реалізується через самостереження, самоусвідомлення, самовираження, самовизначення і саморозкриття. На основі оволодіння навичками самопізнання підліток втілює в життя свої плани та ідеї – починається процес саморозвитку.

Водночас, як зазначає Г. Мільчевська, неодмінними елементами процесу саморозвитку є самоствердження, самореалізація та самоактуалізація. А вищою формою свідомого саморозвитку є самовдосконалення, яке відбувається через самоаналіз і самовиховання [35, с. 182].

Таким чином, підлітковий вік є важливим періодом розвитку особистості, який знаходиться між дитинством і дорослістю. Психологічними новоутвореннями підліткового віку є прагнення до дорослості, задоволення потреби у спілкуванні з однолітками, розширення можливостей самопізнання, самореалізації та самовдосконалення. При цьому основним показником розвитку в підлітковому віці є потреба в самостійності та самостверженні, в індивідуальному підході до вирішення завдань.

До індивідуально-психологічних особливостей належать також вікові (кризові) явища ідентичності, що виникають у процесі самовизначення особистості.

Характерною ознакою розвитку підлітків є також акцентуація характеру. Крім того, підлітку важливо самоствердитися у стосунках з оточуючими, отримати соціальний статус у колективі та отримати визнання оточуючих.

2.2. Вплив соціальних мереж на систему цінностей підлітків

Бурхливий розвиток інформаційно-комунікаційних технологій у сучасному світі зумовлює все більшу зануреність дітей шкільного віку, у тому числі і підлітків у комунікативний процес, що реалізується у багатьох соціальних мережах, що існують в Інтернет-просторі. Також, слід враховувати, що зміни в умовах життя та навчання, що були викликані спочатку загрозою пандемії Covida у всьому світі, а тепер і воєнним станом в Україні призвели до суттєвих змін в освітньому процесі – з'явилася, а тепер і майже утвердилася на усій території країни дистанційна форми навчання, що, безумовно, призвело до інтенсифікації спілкування підлітків у соціальних мережах, учні стали проводити значно більше часу за екранами усіляких цифрових гаджетів з доступом до мережі Інтернет.

У сучасному інформаційному суспільстві традиційні засоби комунікації втрачають свою актуальність і замінюються комунікацією за допомогою соціальних мереж та месенджерів в Інтернеті, які стають засобом масової комунікації підлітків і відкривають їм нові можливості. В цій роботі ми спробуємо встановити той вплив, що соціальні мережі мають на соціалізацію та комунікацію підлітків, ті позитивні та негативні аспекти, що пов'язані з використанням соціальних мереж.

За допомогою використання соціальних мереж, безумовно, можна набагато швидше ділитися новинами із друзями, причому ця інформація поширюється миттєво і серед великої кількості користувачів, що позитивно впливає на ефективність комунікації, значно спрощує її. Кожен в електронній мережі може висловити свою думку, знайти однодумців, поспілкуватись на будь-які теми, поділитися досвідом. Крім того, спілкування за допомогою соціальних мереж дозволяє (хоча б віртуально) стати тим, ким людина хотіла б бути, збільшити свою значущість і покращити самооцінку або просто компенсувати брак друзів і поспілкуватись [35, с. 13].

Ще одним позитивним моментом є те, що соціальні мережі можна застосовувати як інструмент для саморозвитку, оскільки там є можливість дивитися пізнавальні фільми, отримувати корисну інформацію, вивчати іноземні мови тощо. Також, соціальні мережі можуть допомогти підліткам під час навчального процесу - можна обмінюватися завданнями з лабораторних та контрольних робіт, конспектами, навчальними матеріалами та іншою не менш корисною інформацією. У учнів є можливість вступити до спільноти з певної тематики та детально вивчити питання з будь-якого навчального предмету. Для цього в соціальних мережах є посилання на необхідну літературу, фото та відеоматеріали, можна обговорити питання, що цікавлять, з іншими членами групи та учителем.

Але через величезну кількість розважальної, поверхневої та часто непотрібної інформації час перебування в соціальній мережі значно збільшується, що може негативно позначатися на здоров'ї, оскільки великий обсяг інформації нерідко втомлює та перевантажує нервову систему. Також мінусом соціальних мереж є і те, що підліток позбавляється досвіду реального спілкування, оскільки звикає до віртуального спілкування [64, с. 180]. Спілкуючись у соціальних мережах, підлітки часто не дотримуються правил граматики та пунктуації, користуються мізерним словниковим запасом, емоції замінюють смайликами - усі ці та багато інших факторів негативно впливають на спілкування у реальному світі, збіднюють його.

Ще однією проблемою соціалізації підлітків за допомогою соціальних мереж є загроза формування кіберадикції (інтернет-залежності), коли підліток вже не може уявити свого життя без віртуального простору, а об'єктивна реальність та безпосереднє спілкування стають нецікавими. Підліток дедалі більше йде у світ фантазій та віртуального спілкування, за допомогою якого він набуває необхідної йому соціальної підтримки, тобто, входить у якусь соціальну групу (спільноту), де може компенсувати свої потреби у спілкуванні та почутті захищеності. З кожним роком все більша кількість підлітків стає залежними від спілкування в соціальних мережах і поступово втрачають навички спілкування в реальному житті. Для них, крім віртуального спілкування, не існує нічого і вони навіть не розуміють, що реальне життя проходить повз них [24, с. 195; 68, с. 147].

Особливо гострою проблема залежності від соціальних мереж є для підліткового віку, в якому провідним видом діяльності виступає міжособистісне спілкування, що породжує потребу у спілкуванні з однолітками та дружній підтримці. Можна виділити такі позитивні аспекти комунікації в соціальних інтернет-мережах, як: розвиток соціальної компетентності; можливість бути поміченим і прийнятим; зростають можливості самопрезентації; виникають перспективи подолання комунікативного дефіциту та розширення кола спілкування, підвищення поінформованості в обговорюваних питаннях, обмін ситуативними емоційними станами та настроями тощо. Іноді спілкування у соціальних мережах непогано допомагає подолати сором'язливість. Але не слід при цьому забувати, що повністю замінювати віртуальним спілкуванням реальні взаємовідносини не можна. Наша психіка влаштована таким чином, що ми йдемо шляхом, який здається нам «найлегшим», а повернутися потім до «складного» варіанту, тобто до соціалізації та самореалізації у реальній соціальній групі досить важко.

Таким чином, на основі проведеного нами аналізу ми дійшли висновку, що соціальні мережі мають достатньо великий вплив на свідомість та

соціалізацію людей, зокрема підлітків. Вплив соціальних мереж на особистість підлітків неоднозначні. Соціальні мережі, як сучасний сектор кіберпростору, що найбільш активно розвивається, є фактором особливого виду соціалізації – кіберсоціалізації і мають унікальний соціально-педагогічний потенціал, що може активно впливати як на позитивні, так і на негативні потенції у процесі соціалізації підлітків в Інтернеті. На наш погляд, слід більше уваги в загальних закладах середньої освіти приділяти профілактиці формування інтернет-залежності серед підлітків.

Функції соціальних мереж:

1. Комунікаційна – учасники встановлюють контакти, обмінюються новинами, інформацією (новини, фото, відео, аудіоматеріали, різноманітні коментарі);

2. Інформаційний. Сучасні соціальні мережі функціонують як неформальні ЗМІ, де користувачі можуть самостійно публікувати новини про події;

3. Соціалізація (в соціальних мережах сучасний підліток може знайти можливості для саморозвитку, рефлексії в системі «друзів» і «груп»);

4. Ідентифікація (при заповненні свого облікового запису користувач сам регулює, яку інформацію він надає про себе: ім'я, дата та місце народження, свій статус, місце навчання, інтереси, що дозволяє шукати анкети за вказаними характеристиками);

5. Функція формування ідентичності. Перебуваючи підлітком у соціальній мережі, він ідентифікує себе як члена певної соціальної спільноти, користується членством у клубах за інтересами (належить до різних груп) [51, с. 84].

На думку Т. Веретенька, М. Снітка, у процесі використання підлітками соціальних мереж для спілкування у віртуальному просторі, який є комунікаційною складовою, відбувається вплив на комунікативні процеси підлітків. Спілкування у віртуальному світі багато в чому повторює реальне, але водночас має свої специфічні відмінності та особливості. При спілкуванні

в соціальних мережах контакт з іншими людьми опосередковується за допомогою технічних пристроїв (комп'ютер, смартфон) і всі взаємодії відбуваються у просторі віртуальної реальності. Дослідники Інтернет-комунікації поділяють методи спілкування за рівнем інтерактивності:

1) інтерактивні форми спілкування – це чати та «месенджери», що вимагають дотримання онлайн-режиму;

2) неінтерактивні форми спілкування, такі як соціальні мережі, електронна пошта, форуми, сайти знайомств та інші, не обов'язково вимагають присутності партнера онлайн [7, с. 36].

Соціальні мережі привабливі для спілкування підлітків тим, що до них можна зайти практично з будь-якого пристрою (комп'ютера, смартфона, планшета тощо). Соціальні мережі мають простий, звичний для молоді інтерфейс користувача та інтегрують багато додаткових, розважальних сервісів [20, с. 405].

Н. Малєєва називає такі психологічні особливості розгортання комунікаційних процесів у соціальних мережах:

- підвищена активність, викликана зниженням комунікативних бар'єрів, зумовлених статтю, віком, посадою, зовнішністю. Крім того, активному спілкуванню в соціальних мережах сприяє відсутність чітких правил спілкування, що проявляється можливістю налагоджувати і розривати контакти в будь-який час;

- анонімність. Учасники соцмережі можуть надавати правдиву інформацію про себе, або використовувати псевдонім, вигадувати інші неіснуючі дані. Відсутність зорового та слухового контакту з іншими забезпечує відчуття свободи від стереотипів у сприйнятті, уникнення упереджень з боку оточуючих;

- швидкість, мозаїчність спілкування. Користувачі соцмереж віддають перевагу коротким контактам, поверхневому спілкуванню, іноді затримують відповіді або використовують спеціальні символи замість словесного

вираження згоди чи іншої відповіді. Можливість відстроченої реакції дозволяє краще зосередитися і продумати своє повідомлення;

- наявність специфічного етикету спілкування, характерного для Інтернет-комунікантив. Netspeak — це сленг, жаргон, аббревіатури, смайли, які часто використовують користувачі;

- специфічна емоційність спілкування. Щоб передати емоційне забарвлення повідомлення іншим користувачам, учасники соцмережі часто використовують мультимедійні записи, додають смайлики, інші символи, але іноді їм все одно не вдається висловити свої емоції;

- відчуття постійного потоку інформації, наповнення новинного каналу свіжим контентом (змістом), що характеризується відчуттям занурення в діяльність, задоволення, а також втратою відчуття часу та втратою контролю над ситуацією. Дуже часто, побувавши деякий час у соціальних мережах, підліток оговтується після півдня в незручній позі, не виконавши жодного із запланованих завдань у реальному світі [Малєєва Н.].

За словами Д. Столбова, інтернет-спілкування підлітків у соціальних мережах приваблює такими рисами, як ілюзія анонімності, відчуття безкарності за свої дії, легкість обмеження кола спілкування, ілюзія повноти життя, ілюзія повноти життя, почуття безкарності за свої вчинки, прихильності до життя, простота обміну та поширення інформації. Д. Столбов зазначає, що «відчуття безкарності своїх дій створює у підлітків ілюзію всездозволеності та свободи при спілкуванні в Інтернеті.

Водночас це підтримує навчання відповідальності за рішення в соціальних мережах та дотримання моральних норм і принципів в Інтернеті, яких підлітки дотримуються в реальному житті [44., с. 328]. Для всіх форм спілкування в соціальних мережах характерні: «анонімність, непомітність, створення «віртуального Я», емоційна легкість, використання спеціальних скорочень і сленгу». Незважаючи на те, що в соціальній мережі іноді можна отримати деякі дані анкетного характеру і навіть фото і реальне зображення партнера, все це не дає про нього реального уявлення. Наслідком цього є

безвідповідальність і безкарність, тобто підліток може користуватися великою свободою слова, передавати та отримувати неправдиву інформацію, практично без негативної оцінки з боку інтернет-партнерів.

Т. Веретенко та М. Снітко зазначають, що анонімність спілкування в соціальній мережі сприяє самопрезентації підлітка, дає йому можливість не лише створити про себе враження за власним вибором, а й бути тим, ким хоче, що часто призводить до появи девіантної поведінки та агресії. Зазначені особливості спілкування в соціальних мережах дозволяють підлітку сконструювати власну ідентичність, компенсувати недоліки, соціально невизнані характеристики або приховати певні риси характеру і бути тим, ким він хоче [Веретенко Т., Снітко М., с. 36].

Дослідники О. Белінська та О. Жичкін припускають, що віртуальне спілкування підлітків підвищує емоційну легкість. У співрозмовників однієї статі часто виникають близькі стосунки, які переростають у взаємну прихильність, дружбу, а стосунки між партнерами по спілкуванню протилежної статі набувають більш інтимної форми, яку називають «віртуальним романом» [Жичкіна А., Белінська Е.].

О. Белінська та О. Жичкіна, досліджуючи такі форми спілкування, зазначають, що віртуальні романи підлітків розвиваються дуже швидко і тривають максимум півроку, тоді як у випадку, коли віртуальне спілкування переходить у реальні стосунки, вони не міцні та швидко розпадаються.

Позитивним аспектом комунікативної діяльності підлітків у соціальних мережах є задоволення потреби у спілкуванні та моральної підтримки. Якщо діти не можуть задовольнити їх у реальному житті, вони задовольняють їх у соціальній мережі, що дозволяє їм «втекти» від проблем і труднощів, що виникли на певному етапі соціалізації. Комунікаційні можливості соціальної мережі дуже широкі. Підлітки можуть знайти коло партнерів, які задовольнять будь-які їхні інтереси і з якими буде легко і комфортно спілкуватися. А враховуючи те, що у віртуальному просторі значно легше знайти однодумців, цілком зрозуміло, чому підлітки в період активної

соціалізації надають перевагу процесам спілкування в соціальних мережах [7., с. 37].

Головною особливістю соціальних мереж як середовища для розгортання комунікаційних процесів є наявність у мережі «друзів» і нового типу стосунків з ними. За словами В. Посохової, поняття дружби набуло нового значення завдяки соціальним мережам. Дослідниця зазначає, що спілкування з віртуальними друзями є легким і простим, доступним у будь-який час, що дає відчуття їх постійної присутності, підтримки, взаєморозуміння, знімає відчуття самотності [Посохова В.]. Спочатку здається, що така комунікативна взаємодія є поверхневою і не може підтримувати і забезпечити необхідне задоволення потреби в реальному спілкуванні, але часто вона може перерости в реальні стосунки, продовжитися в реальному світі.

Є й негативна сторона спілкування підлітків у соціальних мережах, по-перше, вони публікують багато особистої інформації, за допомогою якої можна легко маніпулювати їх свідомістю та змусити їх робити дії, що принижують людську гідність.

Д. Столбов свідчить, що підлітки легко розширюють коло віртуальних друзів, серед яких переважна більшість – насправді іноземці. Багато підлітків активно спілкуються в соціальних мережах з тими, кого не знають і ніколи не бачили в реальному житті. Тому, враховуючи потенційні загрози, пов'язані з поверхневими знайомствами, дуже важливо навчити підлітків відповідально ставитися до вибору партнерів і включати їх у коло своїх друзів у соціальній мережі, щоб надавати їм особисту інформацію [44, с. 329].

Також підлітки через прагнення до дорослішання та демонстрації своєї незалежності часто потрапляють у різні конфліктні чи суперечливі ситуації, які оточуючі можуть критично оцінювати, і, як наслідок, у соціальних мережах відбувається «майже справжня війна», де кожен намагається довести свою думку. Однак через недостатню культуру спілкування в

реальному світі та максималізм як особистісну рису вони навряд чи вміють ладити, використовувати адекватні способи взаємодії.

Крім того, щоб отримати схвалення оточуючих, вразити їх своєю незалежністю та зацікавити різноманітним контентом, підлітки можуть здійснювати різноманітні дії (іноді протиправні, агресивні по відношенню до інших дітей, тварин), знімати та викладати у вільний доступ. Тому, як зазначає Н. Малєєва, зростає значення етичних норм регулювання поведінки в онлайн-спільнотах спілкування – це толерантність, довіра, людяність, відповідальність. Велике значення для уникнення або подолання конфліктних ситуацій, створення сприятливої атмосфери для спілкування мають схвалені мережевим співтовариством норми поведінки, яких дотримуються всі учасники спілкування» [32, с. 7].

Проте зворотний бік спілкування в соціальних мережах може проявлятися у вигляді інтернет-залежності підлітків, втрати ними особистості, руйнування контактів із друзями, роздратування під час живого спілкування, невиконання своїх обов'язків тощо.

На думку Г. Почепцова, основні ефекти та характеристики впливу соціальних мереж на користувачів проявляються у:

- визнанні наявності власної думки у користувачів;
- зміни поглядів під впливом інших учасників соціальних мереж;
- різна важливість думок (впливу, довіри) одних користувачів для інших;
- локалізація груп інтересів, спільнот учасників-одномумців;
- вплив соціальних мереж на динаміку думок користувачів, можливість створення коаліцій [Г. Почепцов].

Також розглядаючи вплив соціальних мереж на їх учасників як середовище для технологій маніпулятивного впливу, Я.Деркаченко зазначає, що «соціальні мережі мають властивість концентрувати інформацію на створенні думок, поглядів, установок, посилення чи послаблення позицій окремої групи населення» [11, с . 57].

Спеціальні інформаційні повідомлення публікуються в соціальних мережах з певною періодичністю, що дозволяє сконцентрувати увагу користувачів, надає їм свіжу інформацію, при цьому інформація подається невеликими частинами, що не дозволяє повністю проаналізувати цілісну картину. Таким чином можна запрограмувати певну вікову категорію населення чи прихильників різних культурних спільнот на певну поведінку (скликати людей на флешмоб, запросити на відкриття виставки, вплинути на споживчу поведінку молоді), або зацікавити підлітків особливим уявленням про «синього кита» чи «червоної сови».

Для досягнення максимального успіху маніпулятори соціальних мереж використовують різноманітні канали підказок, відео та аудіосигнали, рекламні пости, текстові підказки тощо. Я.Деркаченко зазначає, що позитивні емоції, отримані від членства в різних групах, наявність великої кількості віртуальних «друзів», які підтримують і коментують фото і відеоматеріали користувачів, безпосередньо впливають на центр задоволення, який знаходиться в мозку людини. І тому бажання знову отримати ці позитивні емоції змушує підлітків все більше часу проводити в соціальних мережах. Крім того, соціальні мережі пропонують за короткий проміжок часу багато різноманітної та цікавої інформації, яка привчає мозок до швидкого доступу до розваг, отримання необхідної інформації. Тому зручність, швидкість і доступність соціальних мереж є факторами формування залежності від них [11 с. 58].

На думку Т. Веретенка, М. Снітка, надмірне спілкування в соціальних мережах негативно впливає на психіку та соціальні зв'язки підлітка, який стає напруженим, емоційно неврівноваженим; контакти з друзями будуть втрачені. Підлітки, які постійно перебувають у віртуальному просторі, забувають про інші форми організації та вільного часу [7, с. 38].

Я.Шугайло свідчить, що, з одного боку, у сучасних підлітків значно зросла потреба в самоствердженні та самовизначенні, самореалізації в навколишньому світі, з іншого – емоційно-вольова сфера та саморегуляція

ще не виникли, а тому ризик виникнення інтернет-залежності для них дуже високий [53, с. 20].

У роботі Т. Вакуліч проаналізовано зміст системи цінностей підлітків, залежних від Інтернету. Дослідниця зазначає, що хлопчики більше «занурюються» у віртуальний простір і відриваються від реального світу, тоді як Т. Вакуліч говорить про фактори ризику інтернет-залежності серед підлітків: особливості особистості (акцентуації характеру, занижена самооцінка, схильність до депресивних думок), впливають на соціальне оточення (підтримуючи уявлення про спілкування в соціальних мережах підлітків); певні біологічні варіації розвитку підлітків; а також можливість використання Інтернет-ресурсів, постійний доступ до різноманітних технічних пристроїв, з яких можна підключитися до віртуального простору [6, с. 48.].

У дослідженні В. Тернопільської йдеться про результати опитування щодо дотримання підлітками та юнаками комунікаційної культури поведінки під час спілкування в соціальних мережах. Більшість респондентів зареєстровані в різних соціальних мережах: «Фейсбук», «Телеграм», «Твіттер». При цьому переважна більшість підлітків зазначає, що у кіберпросторі необхідно дотримуватися мережевої етики культури спілкування, але лише близько половини з них демонструють це у своїй поведінці. Щодо безпечної поведінки в соціальних мережах підлітки не можуть назвати адекватних варіантів, інколи помічали, що встановили антивірус чи заходять на небезпечні сайти, якщо отримують листи з посиланнями на сторонні ресурси [Тернопільська В.]. У дослідженні О. Лазаренко, Т. Веретенка школярам ставилися такі запитання: «Чи вміють вони відрізнити достовірні факти від недостовірних?», «Як запобігти отриманню небезпечної інформації?», «Як розпізнати ознаки зловживання довірою», «Як зробити спілкування в Інтернеті безпечнішим?», «Чи розуміють, що образливі дії в Інтернеті щодо ваших друзів караються законом?». Виявлено, що лише 20-40% школярів мають уявлення про

зазначені аспекти поведінки в Інтернет-просторі, близько 40-60% школярів не знають, як спілкуватися в соціальних мережах, яких етичних правил слід дотримуватися [30].

За словами Т. Веретенко, К. Ярмоленко, у сучасних підлітків досить часто проявляються симптоми інтернет-залежності, які виникають внаслідок надмірного захоплення Інтернетом та віртуальним спілкуванням у соціальних мережах – непереборне бажання зайти в Інтернет, переглянути новини в соціальній мережі; невміння контролювати час, проведений в Інтернеті; психічне або фізичне виснаження внаслідок перебування в мережі; порушення сну або концентрації; дратівливість, депресивні думки, нервозність, труднощі в реальному спілкуванні з людьми [8., с. 147].

Надмірне спілкування в соціальних мережах може пригнічувати сферу міжособистісної взаємодії, тим самим обмежуючи реальні соціальні контакти підлітків. Часте використання комп'ютера впливає на якість встановлення та підтримки міжособистісних стосунків. Водночас, як зазначає А. Шийка, особливості сприйняття світу підлітків, включених в Інтернет-спілкування, визначаються взаємодією з віртуальною реальністю, що призводить до спрощення системи стосунків «людина-людина». Як наслідок, у розвитку особистості підлітків можуть переважати характеристики «людина-дійова особа», або характеристики «людина — суб'єкт суспільних відносин» можуть бути слабо розвинені [Шийка А.].

За результатами дослідження Т. Синельникової підлітки, які є активними користувачами соціальних мереж, мають певні психологічні особливості: високий рівень суб'єктивного відчуття самотності, що свідчить про порушення реальних стосунків з оточуючими в мережі; наявність емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні; високі прояви тривожності та ригідності, що може бути причиною проблем у налагодженні стосунків з однолітками та підвищення активності у віртуальному світі, де підліток встановлює власні правила. Для цих підлітків також характерний високий рівень ворожості, агресивності та конфліктності, що ускладнює їм

спілкування в реальному житті та може спричинити втечу в Інтернет-простір [43, с. 53-54].

Так. Шугайло зазначає, що користування Інтернетом захоплює підлітка, поглинає його час, енергію, сили та емоції, тому дитина не в змозі підтримувати рівновагу в житті, займатися іншими видами діяльності, отримувати задоволення від реального міжособистісного спілкування з однолітками, розвивати інші сторони особистості, виявляти різні емоції емпатії, симпатії чи співчуття, емоційної підтримки навіть найближчим людям [53, с. 19].

На думку О. Мартинюка, віртуальне спілкування позбавляє підлітка можливості отримати значну частину інформації через невербальну поведінку партнера. Дослідник зазначає, що віртуальне спілкування в соцмережах найчастіше обирають підлітки, які самі мають певні комплекси чи труднощі у вербальному спілкуванні. Щоб приховати свою сором'язливість, заїкання, замкнутість, невміння налагоджувати контакти в реальній взаємодії, такі підлітки «йдуть у віртуальний світ, створюють різні профілі в соціальних мережах (найчастіше це Facebook та Instagram), створюють широке коло «віртуальних друзів», але насправді вони можуть не знати їх особисто, а тому така дружба вважається «поверхневою» [33, с. 293].

Водночас підлітки, які вивчають способи віртуального спілкування, не мають досвіду встановлення реальних контактів та міжособистісної взаємодії, не вміють залагоджувати суперечки та вирішувати конфлікти. Завдяки можливості вибору віртуальних друзів і підписників профілю вони формують коло однолітків, які лише підтримують і схвалюють їхні дії, тим самим підвищуючи свою впевненість у собі, не дають адекватного зворотного зв'язку або не дозволяють іншим людям їх критикувати на своїй сторінці, і тому підлітки втрачають віру у власні сили та здібності. Також встановлено, що типовими рисами особистості підлітків, активних користувачів соціальних мереж, є високий рівень самотності, агресивності та конфліктності, наявність емоційних бар'єрів у стосунках з однолітками.

Висновки до розділу II

Ціннісні орієнтації - найважливіша частина в структурі особистості, яка відображає необхідність отримання нової інформації, відношення до світу, до оточуючих, до навчання тощо. У науці досі існує безліч визначень понять «цінності» та «ціннісні орієнтації». Проблема ціннісних орієнтацій особливо гостро постає у підлітковому віці, коли починається пошук орієнтирів у житті, намічається зародження стійкої системи цінностей.

Ієрархія цінностей сучасних підлітків є актуальною проблемою у психології особистості. У сучасній Україні усвідомлюється зміна орієнтирів моральності школярів, що означає зміну ціннісних орієнтацій під впливом різноманітних обставин, в тому числі і соціальних мереж.

Поглиблене вивчення ціннісної змістовної специфіки спрямованості особистості сучасного підлітка необхідне для здійснення грамотного підходу до дітей у різних ракурсах: психологічного та педагогічного супроводу, дитячо-батьківських відносин, корекції формування цінностей у підлітків, що проводять багато часу у соціальних мережах.

Ціннісні орієнтації – це найважливіші елементи внутрішньої структури особистості, які закріплюються життєвим досвідом індивіда, сукупністю його переживань і дозволяють відділити значиме для даної людини від того, що для неї не має особливого значення. Існує деяка проблема, пов'язана із понятійним рівнем. Слово «цінність» використовується авторами у різних сенсах, іноді у взаємовиключних.

Ціннісні орієнтації – це ставлення особистості до цінностей культури, у якій формується дана особистість і є найбільш узагальненими і ієрархічно організованими. Згідно з іншими поглядами (А. Лебедев і В. Горбенко) ціннісні орієнтації – це система узагальнених ціннісних уявлень, яка є особливим чином структурованою системою і виражає суб'єктивне ставлення особистості до об'єктивних умов життя. Обидва погляди

доповнюють один одного, але не взаємовиключають. Таким чином, у дослідженнях підходи до розуміння сутності ціннісних орієнтацій будується на двох перелічених вище визначеннях.

Формування цінностей людини корелює із ступенем сформованості її особистості. У підлітковому віці активно розвивається особистість та всі її складові. Відповідно відбувається активний процес формування цінностей. На цей час підліток накопичив масу новоутворень, які є основою для формування ціннісних орієнтацій.

Соціальні мережі мають суттєвий негативний вплив на систему цінностей підлітка, особливо у випадку, коли простежуються ознаки психологічної залежності від соціальних мереж. Тому робота практичного психолога має включати елементи своєчасної діагностики для визначення рівня інтернет-залежності серед підлітків, велику роль при цьому грає профілактична та психокорекційна робота.

РОЗДІЛ 3. Емпіричне дослідження впливу соціальних мереж на зміст ціннісних орієнтацій підлітків та профілактика адиктивних моделей поведінки у соціальній мережі.

3.1. Дослідження впливу соціальних мереж на ціннісні орієнтації підлітків

З метою визначення впливу соціальних мереж на ціннісні орієнтації підлітків ми провели експериментальне дослідження за допомогою тестового дослідження реальної структури ціннісних орієнтацій особистості С.С. Бубнова, методики «Ціннісні орієнтації» М. Рокича та розробленої авторської анкети, яка мала на меті з'ясувати популярність різних соціальних мереж та ті теми, які цікавлять сучасних підлітків.

Респондентами нашого дослідження стали 22 підлітка від 13 до 14 років, з них 12 дівчат та 10 хлопців. Для проведення нашого дослідження ми використовували наступні психодіагностичні методи:

Перший метод «Дослідження реальної структури ціннісних орієнтацій особистості» С.С. Бубнова. Цей тест містить 66 запитань, які потребують короткої відповіді – «так» чи «ні». Усі результати цього тесту зводяться в таблицю та їх поділяють на 11 узагальнених значень: здоров'я, кохання, приємні розваги у вільний час, високе матеріальне забезпечення, громадська активність, спрямування на власний розвиток, повага до навколишнього середовища, милосердя, пошук прекрасного, пізнання нового у світі, високий соціальний статус, спілкування.

Ступінь вираженості кожної з перерахованих вище ціннісних орієнтацій розраховується за таблицею, представленою у додатку. Відповідно до ключа в цьому тесті зараховуються тільки позитивні відповіді на поданні питання. На основі відповідей будується графічний профіль, який демонструє ступінь вираження кожної з одинадцяти ціннісних орієнтацій за 6-бальною шкалою.

Другим методом дослідження ціннісних орієнтацій обрано тест «Ціннісні орієнтації» М. Рокича. На нашу думку, цей тест цілком дозволяє вивчити світогляд респондента. Він показує важливі мотиви поведінки та дії особистості, її ставлення до самої себе, до середовища та навколишнього світу. Більше того, однією з позитивних рис цього тесту є зручність його виконання, а головне, розрахунок результатів. Цей тест складається з двох частин по 18 цінностей до кожної. У першій частині подано так звані термінальні цінності, а у другій частині представлені інструментальні цінності. М. Рокіч протиставив цінності-цілі та цінності-засоби, виділивши, відповідно, термінальні цінності та інструментальні цінності. Термінальні цінності – це переконання, що полягають в тому, що певна кінцева мета індивідуального існування варта того, щоб прагнути до неї, з особистої чи суспільної точки зору.

Особливості термінальних цінностей:

- вони більш стійкі, ніж інструментальні;
- вони мають меншу міжіндивідуальну варіативність.

Інструментальні цінності – це переконання, які полягають у тому, що певний образ дій є кращим у будь-яких ситуаціях, з особистої чи суспільної точки зору.

Рокич називає термінальними цінностями такі, як певна мета життя, велика дружна сім'я, робота мрії, тобто те, до чого людина прагне все життя. До інструментальних цінностей М. Рокич відносить певну форму поведінки чи дії, яка була б кращою для досягнення цілей в різних ситуаціях.

Отже, респонденту пропонується два списки термінальних і інструментальних цінностей, а він повинен розташувати їх в порядку спадання, від найважливіших, на його думку, до неважливих.

Прийняті після перевірки результати можна розділити на три підгрупи для кожного списку:

- важливі, домінуючі 1-6 балів;
- нейтральні 7-12 балів;

- неважливі 13-18 балів.

Вивчали вплив соціальних мереж на формування ціннісних орієнтацій студентів підлітків ми за допомогою використання авторської анкети, яка складається з двох частин. У першій частині всі питання стосуються соціальних мереж: визначення найпопулярніших соціальних мереж серед підлітків; час який респонденти витратили протягом дня; лідери суспільних думок (блогери), за якими вони стежать, теми, які їх цікавлять, сторінки, канали та групи, на які вони підписані.

Друга частина анкети складається з питань про їхню думку та цінності в житті. Питання другої частини стосувалися життєвих цілей, критеріїв власного успіху, домінуючі цінності, вибір професії, ставлення до релігії, ставлення до шлюбу тощо. Усі питання мали широкий вибір відповідей, а також у респондентів була можливість дати власну відповідь на питання, якщо його немає в списку, яке на його думку було б правильним.

Отримані відповіді були введені в таблицю вихідних даних. Усі відповіді були описані та підраховані, на кожне запитання окремо та перекладені на відповідні відсотки.

У третій частині нашої анкети ми досліджували різницю між тими особистостями та подіями, які цікавили учнів в соцмережах до проведення серії тренінгів, а також можливі зміни їхніх ціннісних орієнтацій після проведених корекційних занять.

З метою дослідити вплив соціальних мереж на ціннісні орієнтації учнів ми провели опитування, щоб визначити тривалість використання соціальних мереж у житті кожного респондента. Для результатів опитування ми розділили респондентів на дві групи – тих, хто витрачає мало часу на соціальні мережі та тих, хто відносно багато часу проводить в соціальних мережах.

Дослідження впливу соціальних мереж на ціннісні орієнтації учнів підліткового віку ми проводили за допомогою методу «Ціннісні орієнтації» М. Рокича.

На першому етапі нашої роботи, як видно з таблиці 3.1.1, ми визначили середні значення рангу в кожній з груп

Таблиця 3.1.1 Порівняльна характеристика рангів термінальних цінностей підлітків в залежності від часу, проведеного в соцмережах

Термінальні цінності	Кількість часу, проведеного у соцмережах	
	Мало часу	Багато часу
Активне та діяльне життя (повнота та емоційна насиченість життя)	6,92	13,71
Життєва мудрість (зрілість суджень і здоровий глузд, що досягаються життєвим досвідом)	11,32	11,54
Здоров'я (фізичне і психічне)	9,12	12,64
Цікава робота	10,11	11,53
Краса природи і мистецтва (переживання прекрасного в природі і мистецтві);	7,26	13,53
Любов (духовна і фізична близькість з коханою людиною)	13,43	10,65
Матеріально забезпечене життя (відсутність матеріальних труднощів)	11,72	11,34
Наявність хороших і вірних друзів	12,71	10,97
Суспільне покликання (повага оточуючих, колективу, друзів);	12,54	11,12
Пізнання (можливість розширення своєї освіти, кругозору, загальної культури, інтелектуальний розвиток);	10,87	11,85
Продуктивне життя (максимально повне)	9,13	12,65

використання своїх можливостей, сил і здібностей);		
Розвиток (робота над собою, постійне фізичне і духовне вдосконалення);	10,41	12,14
Розваги (приємне, необтяжливе проведення часу, відсутність обов'язків);	12,62	11,27
Свобода (самостійність, незалежність у судженнях і вчинках);	15,24	9,86
Щасливе сімейне життя;	16,92	9,01
Щастя інших (добробут, розвиток і вдосконалення інших людей, всього народу і людства в цілому);	11,63	11,55

За допомогою використання непараметричного критерію Манна-Уїтні з SPSS 17.0, було виявлено, що існує залежність рівня $p \leq 0,01$ між ціннісною орієнтацією «щасливе сімейне життя» та витраченим часом в соціальних мережах; залежність виявлена також на рівні тренду $p \leq 0,05$ за ціннісними орієнтаціями «активне діяльне життя» та «краса природи і мистецтва».

Тому можна зробити висновок, що чим учні гімназії витрачають менше часу у соціальних мережах, тим більш активна позиція в суспільстві та більш вони дорожать щасливим сімейним життям.

За таким же принципом ми провели аналіз інструментальних цінностей учнів-підлітків (таблиця 3.1.2.)

Порівняльна характеристика рангів інструментальних цінностей підлітків в залежності від часу проведеного в соцмережах

Інструментальні цінності	Кількість часу, проведеного у соцмережах	
	Мало часу	Багато часу
Акуратність, вміння тримати в порядку речі, порядок у справах	6,34	11,62
Вихованість (гарні манери)	7,66	7,94
Високі запити (високі вимоги до життя і високі домагання)	7,33	10,18
Життєрадісність (почуття гумору)	6,65	8,15
Старанність (дисциплінованість)	6,13	10,14
Незалежність (здатність діяти самостійно, рішуче)	8,98	7,19
Непримиренність до недоліків у собі та інших	13,15	11,33
Освіченість (широта знань, висока загальна культура)	9,74	8,58
Відповідальність (почуття обов'язку, вміння тримати своє слово)	9,14	8,76
Раціоналізм (вміння тверезо і логічно мислити, приймати обдумані, раціональні рішення)	8,71	9,73
Самоконтроль (стриманість, самодисципліна)	11,34	14,37
Сміливість у відстоюванні своєї думки,	7,73	8,95

поглядів		
Тверда воля (вміння настояти на своєму, не відступати перед труднощами)	8,74	6,76
Терпимість (до поглядів і думок інших, вміння прощати іншим їхні помилки та омани)	10,34	5,82
15. Широта поглядів (уміння зрозуміти чужу точку зору, поважати інші смаки, звичаї, звички)	15,94	10,16
16. Чесність (правдивість, щирість)	9,77	10,33
17. Ефективність у справах (працьовитість, продуктивність у роботі)	13,95	11,88
18. Чуйність (дбайливість)	10,34	9,15

Використання непараметричного критерію Манна-Уїтні з SPSS 17.0 (Додаток В), було виявлено, що існує залежність рівня $p \leq 0,01$ між ціннісними орієнтаціями «широта поглядів (здатність зрозуміти чужу точку зору бачення» та кількість часу, проведеного в соціальних мережах; також було виявлено залежність від рівня трендів $p \leq 0,05$ для ціннісних орієнтацій «акуратність, майстерність стежити за порядком, порядок у справах» і «старанність (дисциплінованість)».

Тому можна констатувати, що чим менше учні користуються соціальними мережами, тим більше вони демонструють точність і старанність у своєму навчанні. Отже, ми розробили програму профілактики адитивної поведінки у соціальних мережах.

3.2. Профілактика адиктивних моделей поведінки в процесі інтернет-комунікації та корекція системи ціннісних орієнтацій підлітків

Питання профілактики залежності від соціальних мереж зараз практично не розроблені. Ряд зарубіжних досліджень автори пропонують використовувати для профілактики та корекції Інтернет-адикції (залежності) online-психотерапію, інші дослідники вважають неприпустимим використання комп'ютерних технологій та застосування комп'ютера у процесі корекції та лікування інтернет-адиктивів.

В якості майбутнього практичного психолога ми можемо рекомендувати батькам використовувати такі стратегії для профілактики розвитку інтернет-залежності:

1. Показувати особистий позитивний приклад. Важливо, щоб слова не розходились із справою. І якщо батько дозволяє сидіти у мережі не більше 2-3-х годин на день, то й сам він не повинен спілкуватися у соціальних мережах цілодобово.

2. Обмежити час перебування у соціальній мережі, пояснивши, що спілкування в них підлягає контролю з боку батьків. Різко забороняти користуватися соцмережами не можна. Якщо дитина схильна до інтернет-залежності, вона може проводити в них дві години у будній день і три - у вихідний. Обов'язково з перервами.

3. Запропонувати інші можливості проведення часу. Можна скласти список справ, якими можна зайнятися у вільний час. Бажано, щоб у списку були спільні заняття (походи в кіно, на природу, гра в шахи і т. д.).

4. Використовувати інтернет як елемент ефективного виховання, як заохочення (наприклад, за правильно і вчасно зроблене домашнє завдання, прибирання квартири тощо).

5. Звертати увагу на зміст того спілкування, яке веде підліток в соціальній мережі, так як деякі з них можуть спричинити сексуальні збочення, дратівливість, агресивність, специфічні страхи.

6. Обговорювати зміст інформації, що розташована у соціальних мережах разом із дитиною. Віддавати перевагу розвиваючій інформації та додаткам. Вкрай важливо навчити дитину критично ставитися до інформації, показувати, що це дуже мала частина доступних розваг, що життя набагато різноманітніше, що віртуальне спілкування не замінить реального спілкування.

7. У випадках, якщо батьки самотійно не можуть впоратися з проблемою, звертатися до психологів.

Профілактика адиктивної поведінки набуває особливої значущості у підлітковому віці. Але особливо треба приділяти увагу тим, у кого уникнення реальності ще не знайшло свого яскравого вираження, хто тільки починає засвоювати адиктивні паттерни поведінки у важких суперечках з потребами середовища, хто потенційно може бути залучений у різні види адиктивної реалізації.

Відповідно до термінології ВООЗ, виділяють первинну, вторинну та третинну профілактику. Попередження розвитку патологічного використання соціальних мереж належить до завдань первинної профілактики. Вона здійснюється за чотирма основними напрямками і являє собою, по-перше, широку виховну роботу серед молоді, по-друге, громадські заходи щодо роботи з інформаційними технологіями, по-третє, профілактичні заходи.

Первинна профілактика спрямована на покращення психічної адаптації учнів, їх міжособистісних відносин, ознайомлення з ознаками розвитку інтернет-залежності та можливими її наслідками.

Метою інформаційних заходів є заповнення інформаційного вакууму, що включає в себе необхідні регулярні публікації з профілактики інтернет-залежності, телефон довіри, робота з фахівцями, професійними психологами, створення «психологічної служби» у мережі. Інформаційний етап є також підвищення компетенції підлітків у таких сферах, як культура міжособистісних відносин, технологія інтернет-спілкування, способи подолання стресових ситуацій, конфліктологія та проблеми адитивної

поведінки з розглядом основних адиктивних механізмів, видів адиктивної реалізації, динаміки розвитку адиктивного процесу та наслідків.

Рекомендовані тренінги особистісного зростання з елементами корекції окремих особистісних рис та форм поведінки, які включають формування та розвиток навичок роботи над собою.

У структурі освітніх технологій є навчальні програми з проблеми надмірного чи невірного використання соцмереж чи Інтернета взагалі для всього населення; програми навчання батьків учнів загальноосвітніх шкіл, коледжів та ліцеїв. Головна мета останньої – навчити батьків будувати свої взаємини з дітьми, уникаючи адиктивних стереотипів з акцентом на емоційній підтримці. Освітній напрямок включає в себе програми навчання педагогів, психологів та соціальних працівників, які працюють у навчальних закладах.

Слід наголосити на перших ознаках залежної поведінки в процесі спілкування в соціальних мережах:

1. Нав'язливе бажання постійно дивитися повідомлення в соціальній мережі.
2. Відчуття дискомфорту, коли немає можливості увійти в улюблену соціальну мережу.
3. Скарги оточуючих на те, що людина проводить надто багато часу в соцмережі.
4. Скарги оточуючих на те, що людина втрачає інтерес до реального спілкування, ігнорує виконанням своїх обов'язків.

Профілактичні програми для учнів шкіл, ліцеїв, мають підвищити рівень знань учнів щодо використання соціальних мереж. У зв'язку з тим, що проблема адиктивної поведінки стає все більш актуальною, доцільно регулювати навчальне навантаження та активніше впроваджувати особистісно-орієнтований підхід до освіти.

Слід зазначити важливість технологій зайнятості. Для підліткового віку характерний пошук себе у світі. Командна діяльність – спортивні секції,

художні гуртки, додаткова освіта, факультативи; зменшують запас вільного часу та збільшують кількість завдань, які вимагають, не тільки часу, а й займають увагу підлітка. Тимчасове чи часткове працевлаштування молодшої людини допоможе знайти своє призначення у житті.

Великого значення мають сімейні технології. Формування гармонійних взаємин у сім'ї, довірчі відносини між батьками та дітьми, спільні інтереси всіх членів сім'ї - невід'ємна частина повноцінного розвитку дитини. Підліток потребує помірного контролю над його діями та помірною опікою з тенденцією до розвитку самостійності та вміння приймати відповідальність за своє особисте життя.

Неоціненний внесок у профілактику адикції може зробити культура релігійних почуттів, якщо вона орієнтована не на відхід від реальності існуючого світу, а, навпаки, наділяє людину вищою духовною та етичною силою для протистояння труднощам та адиктивним потягам. Духовний розвиток також має значення для формування поважного ставлення до своєї особистості та оточуючих, що виступає міцним фундаментом для побудови міжособистісних відносин.

Вторинна профілактика ґрунтується на пізнанні особистості мережевих адиктів з урахуванням генезу та механізмів їхньої поведінки та спрямована на попередження розвитку інтернет-залежності та відновлення особистісного та соціального статусу підлітка.

Зазначені профілактичні технології були застосовані по відношенню до учнів Оріховської гімназії та особисто до учнів групи ризику з метою запобігання подальшому формуванню залежності від соціальних мереж.

Усі учні з групи ризику погодились на участь у проведенні розмови на тему «Проблема залежності від соціальних мереж», де обговорювалися питання факторів ризику, перші ознаки формування залежності, роль індивідуальних особливостей та характерні ознаки адиктивної особистості. Майже всі учні вступили в контакт із додатковими питаннями про інтернет-залежності деякі учні просили дати рекомендації психолога. Участь у

нашому дослідженні та бесіди допомогли багатьом підліткам критично оцінити свою ситуацію та вжити заходів щодо зміни своєї поведінки в соціальних мережах.

Було проведено розмову на тему інтернет-залежності з вчителями та батьками учнів. Характерно, що більшість учнів запитували про можливість проведення психокорекції в мережі. Тому в даний час дуже важливим є визначення, як критеріїв діагностики інтернет-залежності, так і засобів корекції цього виду адикції. Усі адиктивні розлади мають загальні психологічні механізми, тому корекція Інтернет-адикції не може обмежуватися лише елімінацією цього засобу адиктивної реалізації. У разі виявлення залежності більшість фахівців рекомендують індивідуальну та/або групову психотерапію, з акцентом на роботі з образами, емоціями, тому що аддикти, як правило, мають значні труднощі у емоційному плані. Враховуючи певні труднощі у здійсненні міжособистісних взаємовідносин та соціальної адаптації в осіб з інтернет-залежністю, у лікуванні найкраще використовувати саме групові види терапії

Завдання групової терапії:

- підвищення самооцінки та самосвідомості;
- посилення контролю за емоціями;
- збільшення стабільності міжособистісних відносин;
- соціальна адаптація.

Перспективне також застосування сімейної психотерапії, оскільки дуже часто в основі інтернет-адикції лежить сімейна дисфункція та неадекватний стиль виховання та взаємин із дитиною. Крім того, вчені пропонують звертатись до служби анонімної допомоги або до онлайн-психологічної служби [42, 55, 68].

Maressa Hecht Orzack, Andrew C. Voluse, John Hennen свідчать, що доступність, вседозволеність та анонімність при використанні Інтернету призводять до розвитку ще одного виду інтрнет - залежності - сексуальної комп'ютерної адикції [128]. Було встановлено, що застосування комбінації

таких методів терапії, як «готовність змінитись» (Readiness to change), когнітивно-біхевіоральна терапія (Cognitive-Behavioral Therapy) та «підвищення мотивацій» (Motivational Enhancement Therapy) для лікування групи підлітків із проблематичною сексуальною поведінкою в мережі має позитивний ефект. Така терапія сприяє редукції сексуальної адиктивної поведінки в Інтернеті, зменшення депресії та збільшення якості життя цих підлітків.

Віртуальна реальність характеризується умовністю параметрів та ефемерністю, це не є життя, а лише вторинна частина життя, паралельна, але не основний процес. Немає сенсу ігнорувати можливості соціальних мереж, необхідно їх використовувати за необхідності, а розваги необхідно комбінувати з активними діями у реальному житті.

У ході нашої роботи тактика заходів уточнювалася в залежності від особливостей підлітків та інтенсивності інтернет-залежності.

Мета терапії: підвищення самооцінки та рівня самосвідомості, посилення контролю над імпульсами, збільшення стабільності міжособистісних відносин; соціальна адаптація

Завдання терапії:

1. Виявлення існуючих проблем та проблематичних ситуацій;
2. Визначення нав'язливих думок та відчуттів, які призводять до залежної поведінки в соціальних мережах.

Принцип терапії: не позбавляти користувача доступу до соціальних мереж, а нормалізувати їх використання.

Підліток не може провести зв'язок між соціальними мережами та негативними наслідками (проблеми в школі, з друзями, скарги батьків). Не треба відразу вчити і давати поради, це може спричинити обурення з боку підлітка. Необхідно інформувати його про патологічне використання соціальних мереж, причини виникнення інтернет-залежності, про характерні ознаки, стадії розвитку, засобах корекції та профілактики виникнення цього стану. Найбільш продуктивно інформувати підлітка про негативні наслідки

невірною використання соціальних мереж лише тоді, коли він буде готовий до змін.

На другому етапі – інформаційно-навчальному – підліток вже готовий до змін, але це рішення немає стійкої бази. Мета цього етапу – усвідомлення проблеми. Потрібно показати бар'єри по дорозі змін, і навіть позитивні моменти зміни поведінки. Підліток частіше відчуває пригніченість на початку цього етапу. На індивідуальних навчальних заняттях психолог підтримує пацієнта, показує успіх інших дітей з такою проблемою.

Третій етап – модифікація поведінкових стратегій.

Мета - підготовка підлітка до реальних дій для зміни своєї поведінки та подолання фрустрації з напрямом до успіху, модифікація плану дій. Підліток готовий до визначення напрямку та етапів зміни поведінки. Він має навчитися контролювати час, проведений у соціальних мережах за допомогою різних засобів.

Висновки

В процесі своєї роботи над своїм кваліфікаційним дослідженням на тему: «Вплив соціальних мереж на зміст ціннісних орієнтацій підлітка» ми прийшли до таких значимих висновків:

1. Останнім часом в інформаційному просторі Інтернет зростає і розширюється сфера спілкування, яка включає взаємодію користувачів у соціальних мережах і похідних від них соціальних онлайн-іграх, блогах, форумах і чатах. На нашу думку, сервіси нового покоління створили нові умови та можливості для спілкування, розвитку, діяльності, самореалізації, творчості, самовираження, зробили життя підлітків більш мобільним і динамічним, але якщо мова іде про конструктивні способи використання можливостей соціальних мереж.

2. Частка віртуального спілкування сучасного підлітка зростає, а на міжособистісне спілкування віч-на-віч витрачається все менше часу. Особливо це ми спостерігаємо у дітей та підлітків, які багато часу проводять у віртуальному світі, граючи в ігри та спілкуючись у соціальних мережах, які доступні на всіх технічних пристроях (смартфонах, планшетах, комп'ютерах тощо). Така ситуація негативно впливає на здоров'я дітей, а також стає загрозою для формування у підлітків умінь успішно діяти в соціальних ситуаціях, до яких належать згода, дружні стосунки та спільна діяльність. Коли діти почуваються комфортно у віртуальному світі соціальних мереж, у реальному житті вони часто відчують почуття тривоги, невизначеності та самотності, порушується процес реальної комунікації з оточуючими, відбуваються зміни в системі ціннісних орієнтацій.

3. Ціннісні орієнтації підлітка складаються з трьох компонентів: когнітивного, чи смислового, у якому зосереджений соціальний досвід особистості - на його основі здійснюється раціональне (логічне, розумове, понятійне) пізнання дійсності, що сприяє становленню ціннісних відносин; емоційного, який передбачає переживання індивідом свого ставлення до цих цінностей та визначає особистісний, суб'єктивний зміст цього відношення;

поведінковий, що базується на результатах взаємодії перших двох компонентів, оскільки завдяки пізнанню дійсності та її ціннісному переживанню суб'єктом формується готовність діяти, здійснювати задумане відповідно до продуманого плану.

4. Для визначення ефективності формування ціннісних орієнтацій підлітків нами можемо виділити такі критерії:

- знання цінностей. Результатом тут є вміння формувати підлітком власні ціннісні орієнтації. Поняття цінностей вважається засвоєним, якщо підліток повністю опанував зміст поняття, його обсяг, знання його зв'язків, відносин з іншими поняттями, навчився оперувати певною ціннісною установкою у вирішенні практичних завдань;

- диференціація цінностей - вміння підлітків здійснювати власний ціннісний вибір;

- ефективність ціннісних орієнтацій.

5. Розвинені ціннісні орієнтації – це ознака зрілості особистості, показник її соціальності. Стійка та несуперечлива структура ціннісних орієнтацій зумовлює розвиток таких якостей особистості, як цілісність, надійність, вірність певним принципам та ідеалам, активність життєвої позиції. Суперечливість породжує непослідовність у поведінці. Нерозвиненість ціннісних орієнтацій є ознакою інфантилізму, що особливо помітно у сучасного молодого покоління.

6. Була виявлена цікава особливість віртуального спілкування підлітків у соціальних мережах і в реальності. Хоча підлітки фізично близькі до своїх друзів, вони можуть спілкуватися один з одним через Інтернет, а частка вільного часу, проведеного у віртуальному світі, може досягати 90%, що обмежує інші інтереси та потреби підлітка, негативно впливає на систему цінностей підлітка.

7. За нашими спостереженнями, емоції співбесідників у віртуальному середовищі часто не відповідають тим, як вони виявляються на обличчях підписників. Наприклад, підліток може відреагувати на кумедну картинку

кумедним постом у мережі, проявити інтерес, але зовні це зовсім не виявляється посмішкою на обличчі або хоча б зміною точки зору. Так само співчутливі пости в Інтернеті не викликають у дітей і підлітків належної реакції, вони воліють дивитися приємні новини, не вміють емоційно реагувати на прохання про допомогу, не вміють регулювати свої почуття, і не вміють висловити підтримку хоча б словами тим, хто її потребує.

8. При вивченні психологічних особливостей інтернет-спілкування підлітків було виявлено, що вони все ж віддають перевагу живому спілкуванню та використовують соціальні мережі для перегляду фільмів, прослуховування музики, ігор, а мотиви спілкування в процесі перебування в соціальній мережі відходять на другий план.

9. Проведене емпіричне дослідження показало, що соціальні мережі в якійсь мірі реалізують потребу підлітків у спілкуванні з однолітками, але негативно впливають на їх систему ціннісних орієнтацій, що відображається на успіхах у навчанні, відношення з дорослими, комунікативній поведінці. До психологічних особливостей спілкування в соціальних мережах, що особливо негативно відзначаються на ціннісних орієнтаціях належать: анонімність, безкарність поведінки, емоційність і мозаїчність спілкування, наявність специфічного етикету інтернет-комунікантів, відчуття постійного потоку інформації тощо.

10. Необхідність реалізації ефективних профілактичних та корекційних програм з попередження залежності від соціальних мереж, а, отже, мінімізацію їх деструктивного впливу на зміст ціннісних орієнтацій підлітків обумовлена тим, що більшість підлітків, вчителів і самі користувачі соцмереж не знають ознак, що характеризують ризик розвитку Інтернет-залежності, і проявляють занепокоєння лише на етапі вже сформованої залежності, тобто коли особистість підлітка, в тому числі і його система ціннісних орієнтацій, його поведінка та успішність в реальному житті зазнають очевидних негативних змін, а їх корекція стає утрудненою. Крім того, як показує наш досвід, користувачі соціальних мереж, їхні батьки та вчителі не достатньо

обізнані як про перші ознаки формування залежності, так і про профілактичні заходи, спрямовані на її запобігання.

Список використаної літератури

1. Белякова С.М., Шовкова К.О. Соціально-психологічні особливості розвитку особистості сучасного підлітка. Молодий вчений. 2018. № 5 (57). С. 454-458.
2. Бікус О. О., Волошина В. В. Теоретичні засади формування комунікативної компетенції у підлітковому віці. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки. 2015. Вип. 1(46).С. 17-23.
3. Богдан М. С. Психологічні особливості спілкування залежних від соціальних мереж / М. С. Богдан, О. В. Горецька // Психологія і соціологія: проблеми практичного застосування. – 2014. – С. 25-29.
4. Боришевський М.Й., Шевченко О.В., Володарська Н.Д. та ін. Психологічні закономірності розвитку духовності особистості: монографія. К.: Педагогічна думка, 2011. 200 с.
5. Боровець О. Тренінг формування комунікативної компетентності підлітків. Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. 2009. Вип. 3. С. 23-29.
6. Булах І. С. Психологія особистісного зростання підлітка. К.: НПУ ім. М.. Драгоманова, 2003. 340 с. 6.
7. Вайнола Р. Х. Технологізація соціально-педагогічної роботи: теорія та практика / Р. Х. Вайнола. Навчальний посібник за ред проф. С. О. Сисоевої. К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2008. 134 с.
8. Вакуліч Т. М. Інтернет-залежність як новий вид адитивної поведінки. Науковий часопис НПУ ім. М. Драгоманова. Серія №12. Психологія. К. : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2005. Вип.7(31) С. 22-26.
9. Вакуліч Т. М. Психологічні особливості поведінки підлітків у мережі «Internet». Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН України. К., 2006. Вип. 2. Т.8. С. 45-50.

10. Веретенко Т. Г. Детермінанти формування безпечної діяльності молоді в Інтернет-мережі. URL: <http://elibrary.kubg.edu.ua>.
11. Веретенко Т. Г., Снітко М. А. Компонентнісний підхід до діяльності підлітків у Інтернет-мережі. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. 2010. Вип. 84. С. 35-39.
12. Веретенко Т., Ярмоленко К. Соціально-педагогічна профілактика інтернет-залежності старшокласників. Актуальні питання гуманітарних наук. 2018. Вип. 19. Т. 1. С. 145-149.
13. Глущенко С. Д. Соціально-психологічні особливості Інтернетаддиктивної поведінки особистості. Молодь: освіта, наука, духовність: тези доповідей. К.: Університет «Україна», 2008. 547 с.
14. Гнатюк Р. Соціальні мережі: співвідношення позитиву і негативу? URL: <http://gazeta.dt.ua/family/socialni-merezhispivvidnoshennyapozitivu-i-negativu.html>.
15. Гончарук В. Д. Безпека дітей в Інтернеті: попередження, освіта, взаємодія. URL: <http://konf.koippo.kr.ua>.
16. Гусаківська С. С. Психологічні особливості формування ціннісно-сміслової сфери майбутніх вихователів дошкільних навчальних закладів: дис. на здоб. к.псих.н. Луцьк, 2014.
17. Данько Ю. А. Соціальні мережі як форма сучасної комунікації: плюси і мінуси. Сучасне суспільство: політичні науки, соціологічні науки, культурологічні науки. 2012. С. 179-184.
18. Деркаченко Я. А. Соціальні мережі як середовище для технологій маніпулятивного впливу. Сучасний захист інформації №1, 2016. С. 51-59.
19. Джонсон Д. Соціальна психологія: тренінг міжособистісного спілкування К.: Вид. дім «КМ Академія», 2003. 288 с.
20. Довгопол Ю. В. Психофізіологічні особливості підлітків, що сприяють формуванню кримінальної поведінки. Проблеми сучасної психології. 2012. Вип. 15. С. 163-171.

21. Зеленська З. П. Дослідження статевих відмінностей комунікативних умінь учнів основної школи. Актуальні проблеми психології. 2019. Том. VI. Психологія обдарованості. Вип. 16. С. 304-311.
22. Зимянський А. Психологічні особливості розвитку моральної позиції підлітків. Актуальні питання гуманітарних наук. 2012. Вип. 3. С. 252-257.
23. Зінченко О. В. Емпіричне дослідження психологічних характеристик інтернет-спілкування у підлітковому віці. Проблеми сучасної психології. Кам'янець-Подільський, 2015. Вип. 29. С. 251-265.
24. Золотова Г. Д. Сутність технологічних видів адитивної поведінки дітей. Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка № 13 (272), Ч. IV, 2013. С.126-130.
25. Кардашева О. В. Робота практичного психолога з учнями, схильними до адиктивної поведінки. Тренінгові, соціально-реабілітаційні і навчальні програми із формування здорового способу життя в учнівської, студентської молоді. К.: Ніка-Центр, 2008. С. 59–67.
26. Карпенко Є. Організація тренінгу спілкування з дітьми різного віку: метод. Матеріали до практичних занять [для фахівців ОКР «Бакалавр» спеціальності 6.030102 «Психологія»]. Дрогобич: Вид. відділ ДДП ім. Івана Франка, 2016. 145 с.
27. Касьянова О. В. Формування комунікативної компетентності молодших підлітків у громадських дитячих об'єднаннях : автореф. дис.канд. пед. наук: 13.00.07 – теорія і методика виховання. К., 2011. 21 с.
28. Коберник Л. О. Роль та місце ціннісних орієнтацій у формуванні особистості // Наука і освіта. Науково-практичний журнал південного наукового центру АПН України. Одеса. 2008. № 4-5. С. 28-33.
29. Корніяка О.М. Психологія комунікативної культури школяра. К. : Міленіум, 2006. 336 с. 23.

30. Косташ В. Психологічні особливості комунікативних здібностей підлітків. *Магістерський науковий вісник Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка*. 2018. Вип. 29. С. 113–115.
31. Кривоніс Т. Г. Теорія та практика особистісної психотерапії. Монографія. К.: Вид. Дім «Слово», 2012. 280 с.
32. Кузьменко В., Міськова Г. Теоретичний аналіз проблеми розвитку комунікативних здібностей підлітків. *Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент*. 2012. Вип. 10. С. 95–102.
33. Кулик Є., Бартош О. *Культура віртуального спілкування*. К., 2010. 65 с.
34. Кучаковська Г. А. Роль соціальних мереж в активізації процесу навчання інформативних дисциплін майбутніх вчителів початкової школи. *Інформаційні технології і засоби навчання*. 2015. Т. 47. № 3. С. 136–149.
35. Лавріненко В. А. Психологічні особливості становлення смислової сфери підлітків. *Психологія і особистість*. 2013. № 1. С. 59–74.
36. Лавріненко В. А. Психологічні особливості становлення смислової сфери підлітків. *Психологія і особистість*. 2013. № 1 (3). С. 59–74.
37. Лавріненко В. А. Ціннісно-сміслові засади життєвої самореалізації підлітків-неформалів. *Психологія і особистість*. 2015. № 1 (7). С. 83–96.
38. Лазаренко О. А., Веретенко Т. Г. Формування безпечної поведінки в інтернет-мережі. *Здобутки та досягнення прикладних та фундаментальних наук XXI століття (7 серпня 2020 рік, Черкаси, Україна)*. Черкаси: МЦНД, 2020. Том 2. С. 26–28.
39. Литовченко І. В. *Діти в Інтернеті: як навчити безпеці у віртуальному світі*. К: Видавництво ТОВ «Видавничий будинок «Аванпост-Прим», 2010. 48 с.

40. Лучинкіка А. І. Психологія інтернет-соціалізації особистості: монографія. Сімф.: АРІАЛ, 2013. 355 с.
41. Малєєва Н. С. Комунікативні інтернет-практики залежної від соціальних мереж молоді: автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.05 – соціальна психологія; психологія соціальної роботи. К., 2017. 24 с.
42. Малько Н. О. Ціннісні орієнтації та їх вплив на особистісний розвиток школяра. *Психологія*. К.: НПУ. 1999. Випуск 3. С. 147- 153.
43. Мартиняк О. Психологічні особливості сучасних підлітків у виборі комунікативних засобів спілкування. Матеріали II Міжнародної студентської науково-технічної конференції „Природничі та гуманітарні науки. Актуальні питання“, 25-26 квітня 2019. Т. : ТНТУ, 2019. С. 292–293.
44. Митченко В. І. Розвивальна програма для підлітків 10-14 років «Грамматика ефективного спілкування»
URL: http://zpo.ucoz.ua/Programu_/Social_reabilit/gramatika_efektivnogo_s_pilkuvannja.pdf
45. Мільчевська Г. С. Структура особистісної самореалізації старшого підлітка в дитячому закладі оздоровлення та відпочинку. Збірник наукових праць [Херсонського державного університету]. Педагогічні науки. 2013. Вип. 63. С. 181-187.
46. Млодик І. Що роблять діти в соціальних мережах. Як їм допомогти.
URL: <http://onlinebezpeka.com/uk/advice-for-26-parents/communication-in-network/article/ssho-roblyatj-diti-v-sotsialnikh-merezhakh-jak-im-dopomogti>.
47. Мойсеєва О.Є. Агресія підлітків: причини виникнення та можливості психокорекції. *Юридична психологія*. 2015. №1. С. 139-148.
48. Мусатов С. Психологія педагогічної комунікації: теоретико-методологічний аналіз. Київ-Рівне: Ліста-М, 2003. 176 с.

49. Немеш О. М. Психологія комунікативної діяльності в Інтернет просторі : автореф. дис. д-ра психол. наук : 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології». К., 2017. 40 с.
50. Олійник Н. Діагностика та розвиток ціннісних життєвих орієнтацій у старшокласників. Психолог. №17, 2004.
51. Орбан-Лембрик Л.Е. Соціальна психологія : у 2 кн. К., 2004. Кн. 1: Соціальна психологія особистості і спілкування. 576 с.
52. Панченко Л.М. Формування ціннісних орієнтацій молоді в період системної трансформації українського суспільства. К., 2003.
53. Посохова В. В. Огляд практик спілкування в мережі Інтернет. Наукові студії із соціальної та політичної психології. Вип.31(34). К., 2012. С. 93-102.
54. Почепцов Г. Г. Інформаційна війна як інтелектуальна війна. URL: <http://osvita.mediasapiens.ua/material/13303>.
55. Психология подростка / Под. ред А. Реана. СПб.: ПраймЕВРОЗНАК, 2003. 480 с.
56. Савчин М. В. Вікова психологія : навч. посіб. Київ : Академвидав, 2005. 350 с
57. Савчин М. В. Вікова психологія : навч. посіб. Київ: Академвидав, 2005. 350 с.
58. Сінельнікова Т. В. Психологічні особливості підлітків – активних користувачів соціальних мереж. Наука і освіта. 2014. №1. С. 50-55.
59. Сокурская Л. Г. Студенчество на пути к другому обществу: ценностный дискурс перехода: [Монография] / Харьк. нац. ун-т им. В.Н. Каразина. Х., 2006.
60. Соціологія: підручник / за ред. В. Г. Городяненка. – 3-тє вид., переробл. і доп. К.: ВЦ «Академія», 2008. 544 с
61. Столбов Д. Особливості інтернет-діяльності сучасного підлітка. Науковий вісник Мелітопольського державного педагогічного університету. Серія «Педагогіка». 2014. № 1(12). С. 327-331.

62. Тернопільська В. Формування комунікативної культури старшокласників засобами телекомунікаційних проєктів. Психологопедагогічні проблеми сільської школи: зб. наук. праць УДПУ ім. П. Тичини. Умань: ФОП Жовтий О.О., 2014. Вип. 49. С. 110-117.
63. Тітова Т. Є. Особливості ціннісно-сміслової саморегуляції підлітків. Психологія і особистість. 2017. № 1(11). С. 155–163.
64. Тітова Т. Є. Особливості ціннісно-сміслової саморегуляції підлітків. *Психологія і особистість*. 2017. № 1(11). С. 155–163.
65. Торопова О. Є. Тренінг розвитку комунікативної компетентності підлітків. URL: <https://vseosvita.ua/library/trening-rozvitku-komunikativnoikompentnosti-pidlitkiv-436879.html>.
66. Турубарова А.В. Умови соціально-психологічного розвитку підлітків з обмеженими можливостями здоров'я. Педагогічна освіта: теорія і практика. Психологія. Педагогіка: Збірник наукових праць. 2018. № 29. С. 85- 90.
67. Федорчук В. Соціально-психологічний тренінг «Розвиток комунікативної компетентності». Навч.-метод. пос. Кам'янець-Подільський: Абетка, 2003. 240 с.
68. Хоменко Є. Г. Психологічні особливості взаємодії вчителя з підлітками у педагогічному процесі. Вісник Харківського національного університету. Серія “Психологія”. 2012. № 1009. С. 238-241.
69. Хомик Н. Комплексна програма корекційно – відновлюваних та розвивальних занять для роботи зі студентською молоддю (зі скарбнички практичного психолога) Хмельницький, 2014. URL:<http://www.xktei.km.ua/files/kpc.pdf>.
70. Чумакова В. А. Психологічні особливості інтернет-комунікацій в соціальних мережах. Молодий учений. 2013. №3. С. 451-453.
71. Шийка А.В. Вплив віртуального середовища інтернет на соціальну активність людей URL: <http://conf.inf.od.ua/dokladykonferentsii/spisok->

materialov-konferentsii/58-shijka-a-v-studentki-2-go-kursufakultetu-pidgotovki-slidchikh-organiv-vnutrishnikh-sprav-nu-oyua-naukovijkerivnik-k-t-n-dotsent-zaderejko-o-v-vpliv-virtualnogo-seredovishcha-internet-nasotsialnu-aktivnist-lyudej.

72. Шиндряєва І.В. Професійні ціннісні орієнтації молоді в контексті теорії поколінь. // Вісник Поволзького інституту управління. 6 (51). 2015. С. 144–148.
73. Широких О. До питання формування моральних ціннісних орієнтацій// дошкільне виховання. 2007 С. 23-27. 28. Юхименко Н.Ф. Гуманістичні параметри самореалізації особистості: потреби, інтереси, цінності. Н.Ф. Юхименко. Київ, 2003.
74. Шугайло Я. В. Інтернет-залежність та проблема її профілактики серед дітей та підлітків. Вісник Запорізького національного університету. Педагогічні науки. Запоріжжя, 2015. №2 (25). С. 17-24. 54.
75. Якимчук Б. А. Психологічні особливості розвитку творчого мислення підлітків // Актуальні проблеми психології. Київ, 2012. Вип. 15, Ч. І. С. 431-438.
76. Яновська Т.А., Когут І. В. Особливості ціннісно-сислової сфери підлітків. *Психологія і особистість*. 2020 № 2 (18). URL:<http://dspace.pnpu.edu.ua/bitstream/123456789/15601/1/Yanovska.pdf>
77. Ярошенко А.О. Ціннісний дискурс освіти: [монографія]. К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2004. 156 с.