

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Унятицька Наталі Романівна

ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕБІГУ СОЦІАЛІЗАЦІЇ МОЛОДІ В ЕПОХУ
ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ

спеціальність 231 Соціальна робота
освітньо-професійна програма «Соціальна робота»

випускна кваліфікаційна робота за освітнім ступенем «магістр»

Виконала:

студентка групи СРзм-21

Унятицька Наталі Романівна

Науковий керівник:

доцент, кандидат соціологічних наук

Біскуп В. С.

Тернопіль 2024

ЗМІСТ

ВСТУП

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ СОЦІАЛІЗАЦІЇ МОЛОДІ

1.1. Поняття та етапи соціалізації

1.2. Фактори, що впливають на соціалізацію молоді

Висновки до першого розділу

РОЗДІЛ 2. ЦИФРОВІ ТЕХНОЛОГІЇ ТА ЇХ ВПЛИВ НА СОЦІАЛІЗАЦІЮ МОЛОДІ

2.1. Роль освітніх програм у цифровому середовищі

2.2. Вплив цифрових платформ на особистість

2.3. Вплив відеоігор та онлайн-спільнот

Висновки до другого розділу

РОЗДІЛ 3. СОЦІАЛЬНІ ТА ПСИХОЛОГІЧНІ НАСЛІДКИ ВИКОРИСТАННЯ ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ МОЛОДІ

3.1. Цифрова залежність і її соціальні наслідки

3.2. Позитивні та негативні аспекти цифрового середовища

Висновки до третього розділу

РОЗДІЛ 4. ПРАКТИЧНІ ШЛЯХИ ОПТИМІЗАЦІЇ ПРОЦЕСУ СОЦІАЛІЗАЦІЇ МОЛОДІ В ЦИФРОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ

4.1. Взаємодія освітніх та соціальних установ у контексті цифрового виховання молоді

4.2. Партнерство батьків та педагогів у мінімізації ризиків цифрового впливу на дітей та молодь

Висновки до четвертого розділу

ВИСНОВКИ

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

АНОТАЦІЯ

Унятицька Н.Р. Особливості перебігу соціалізації молоді в епоху цифрових технологій. Рукопис.

Дослідження на здобуття освітньо-кваліфікаційного рівня магістра спеціальністю 231 Соціальна робота. Західноукраїнський національний університет. Тернопіль, 2024.

У магістерській роботі розглядаються соціально-психологічні особливості соціалізації молоді в умовах діджиталізації, які є важливим для розуміння того, як цифрові платформи впливають на соціальні процеси та як ефективно сприяти формуванню гармонійних соціальних навичок у новому інформаційному середовищі. **Метою дослідження** стала спроба визначити специфіку перебігу соціалізації молоді під впливом цифрових технологій, виявити як позитивні, так і негативні аспекти цього процесу, а також розробити рекомендації для збереження гармонійного розвитку молодих особистостей у цифрову епоху.

ANNOTATION

Uniatytska N. R. Peculiarities of youth socialization in the digital age. Manuscript.

Research for obtaining the educational qualification level of a master in the specialty 231 Social work. Western Ukrainian National University. Ternopil, 2024.

The master's thesis examines the socio-psychological features of youth socialization in the conditions of digitalization, which are important for understanding how digital platforms affect social processes and how to effectively contribute to the formation of harmonious social skills in the new information environment. The purpose of the study was to determine the specifics of the course of socialization of young people under the influence of digital technologies, to identify both positive and negative aspects of this process, as well as to develop recommendations for preserving the harmonious development of young individuals in the digital age.

ВСТУП

Актуальність дослідження.Цифрові технології стали невід'ємною частиною життя сучасної молоді, кардинально змінюючи традиційні процеси соціалізації. Молодь активно використовує інтернет, соціальні мережі, мобільні додатки для спілкування, навчання, самовираження та отримання інформації. Це відкриває нові можливості для розвитку особистості, але водночас породжує серйозні соціальні виклики[4].

Соціалізація сьогодні набуває нових форм завдяки діджиталізації, що вимагає переосмислення цієї концепції в контексті сучасних реалій. З кінця ХХ століття цивілізаційний розвиток людства все більше орієнтується на інформаційну парадигму. Цифрові технології проникають у всі сфери суспільного життя, стрімко інтегруючись у повсякденність. Експерти в галузі комунікацій і соціальної взаємодії відзначають перехід базових елементів співіснування до суперсимволічної та нематеріальної форми, коли фізичні об'єкти, події й явища дедалі частіше знаходять своє відображення в Інтернет-просторі. Згідно з останніми дослідженнями, понад 95% молодих людей в Україні регулярно користуються інтернетом, а середній час, проведений онлайн, становить близько 4 годин на день[10]. Це суттєво впливає на формування соціальних навичок, світогляду та ідентичності молоді.

Цифрова соціалізація поступово набуває визнання серед науковців як окреме явище, і термін все частіше з'являється в міжнародній фаховій спільноті. Проте цей напрямок досліджений ще недостатньо. Потребують подальшого вивчення як теоретичні аспекти проблеми, так і практичні питання, зокрема вплив цифрового середовища на життя дітей та молоді, ефективність цифрової соціалізації, її наслідки та пов'язані ризики. На сьогодні цифрова компетентність визнана однією з базових, необхідних для успішної інтеграції в суспільство, професійного та особистісного розвитку протягом життя[11].

Цифрове середовище є важливим простором соціалізації та комунікації, де особистість формується, самоідентифікується та реалізується. Однак науковці наголошують, що розвиток цифрових компетенцій в Україні відбувається нерівномірно, хаотично і без належної інтеграції з академічною освітою на всіх рівнях.

Тому процес соціального розвитку молоді в умовах діджиталізації вимагає системного та цілісного дослідження. Необхідно виявити теоретичні основи цифрової соціалізації, класифікувати і систематизувати ключові чинники цифрового середовища, що впливають на соціальний розвиток особистості[18]. Крім того, важливо проаналізувати переваги, недоліки, можливості та загрози цифрового впливу на індивідуальному, інституційному та національному рівнях, що визначатиме напрями майбутніх наукових досліджень.

Отже, дослідження соціалізації молоді в умовах діджиталізації є важливим для розуміння того, як цифрові платформи впливають на соціальні процеси, та як ефективно сприяти формуванню гармонійних соціальних навичок у цьому новому інформаційному середовищі.

Мета дослідження: визначити специфіку перебігу соціалізації молоді під впливом цифрових технологій, виявити як позитивні, так і негативні аспекти цього процесу, а також розробити рекомендації для збереження гармонійного розвитку молодих особистостей у цифрову епоху.

Досягненню мети сприяло вирішення наступних *завдань*:

- 1) розкриття поняття та етапів соціалізації;
- 2) аналіз факторів, що впливають на соціалізацію молоді;
- 3) дослідження ролі освітніх програм у цифровому середовищі;
- 4) вивчення впливу відеоігор та онлайн-спільнот;
- 5) дослідження негативних та позитивних аспектів цифрового середовища.

Об'єкт дослідження: процес соціалізації молоді в умовах сучасного цифрового середовища.

Предмет дослідження: особливості впливу цифрових технологій (інтернету, соціальних мереж, мобільних додатків, цифрових медіа) на формування особистісних якостей, соціальних цінностей та комунікативних навичок молоді.

Методи дослідження: теоретичні - аналіз нормативної документації, методичних матеріалів для з'ясування стану соціалізації молоді в умовах цифрового середовища; теоретичний синтез, порівняння, класифікація, систематизація – для вивчення літературних джерел, визначення конструктивних підходів до соціалізації молоді під впливом цифрових технологій; узагальнення – для визначення понятійного апарату дослідження, формулювання основних положень і висновків дослідження, емпіричні методи – спостереження за соціальною активністю молоді в цифровому просторі, бесіда.

Практичне значення дослідження: результати дослідження можуть бути використані для розробки освітніх програм та тренінгів, спрямованих на розвиток критичного мислення та медіаграмотності серед молоді. Вони також можуть бути корисними для соціальних працівників, педагогів, психологів та батьків у формуванні ефективних підходів до сприяння гармонійному розвитку молоді в умовах цифрового середовища.

Структура магістерської роботи. Магістерська робота складається зі вступу, чотирьох розділів, які містять вісім підрозділів, висновків, списку використаних джерел (43 найменувань) і додатків. Загальний обсяг магістерської роботи становить 52 сторінки, із них основний текст – 47 сторінок.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ СОЦІАЛІЗАЦІЇ МОЛОДІ

1.1. Поняття та етапи соціалізації

Соціалізація – це процес, у ході якого людина засвоює зразки поведінки, цінності, норми та установки, властиві групі та суспільству; формується її особистість і життєва позиція під впливом системи навчання і виховання, таких як сім'я, ЗМІ, література та мистецтво[18]. Цей процес не завершується на етапі становлення особистості, а триває протягом усього життя, охоплюючи участь у трудових колективах, політичних організаціях та неформальних об'єднаннях. Протягом життя людина освоює різні соціальні ролі, змінює свої погляди, навички, смаки та правила поведінки, що робить соціалізацію безперервним процесом. Таким чином, соціалізуючись, індивід залучається до різних форм соціальної діяльності та опановує відповідні соціальні ролі.

3. Фрейд, який займався психологією соціалізації, виділив чотири основні психологічні механізми цього процесу[24]:

- імітація — це прагнення дитини наслідувати певну модель поведінки дорослих. Зазвичай першими прикладами для наслідування стають батьки, але діти також можуть орієнтуватися на вчителів або інших авторитетних людей, особливо якщо з ними є теплі й емоційні відносини. Діти схильні наслідувати і тих дорослих, які застосовують до них покарання;
- ідентифікація — процес, у якому дитина засвоює поведінку, установки та цінності батьків, приймаючи їх як власні;
- сором і провина — негативні механізми, що стримують чи пригнічують певну поведінку. Почуття провини та сорому пов'язані між собою та мають багато спільного.

Соціалізація дітей і дорослих має свої особливості: у дорослих вона проявляється переважно у зміні зовнішньої поведінки, тоді як у дітей – у формуванні основних ціннісних орієнтирів. Дорослі здатні оцінювати норми, тоді як діти можуть лише засвоювати їх. Доросла соціалізація передбачає усвідомлення того, що між чіткими категоріями існує безліч відтінків, у той час як дитяча соціалізація будується на повній покорі дорослим і дотриманні правил без критичного осмислення дій батьків. Основна мета соціалізації дорослих — допомогти в освоєнні певних навичок, тоді як соціалізація дітей спрямована на формування мотивації, навчання правилам і розвитку уважності.

Етапи соціалізації[27]:

- Соціальна адаптація являє собою динамічний процес взаємодії особистості з соціальним оточенням, що передбачає активне пристосування індивіда до нових життєвих обставин. На ранніх етапах соціалізації вона виступає механізмом входження людини в різноманітні соціальні контексти - від освоєння нових соціальних ролей до засвоєння групових норм, правил та цінностей різних спільнот та суспільних інституцій.
- Інтеріоризація - це складний внутрішній процес трансформації зовнішніх соціальних норм та культурних цінностей у глибинні особистісні структури психіки. У ході цього процесу зовнішні регулятори поведінки поступово перетворюються на внутрішні переконання, моральні принципи та світоглядні орієнтири, що становлять фундамент індивідуальної свідомості та самоідентифікації особистості.

У соціалізації виділяють окремі етапи, які часто пов'язані з віковими періодами життя. На розвиток особистості впливають біологічні фактори, фізичне оточення, загальні культурні моделі поведінки у певній соціальній групі. Однак ключовими факторами, що визначають становлення особистості, є груповий досвід і унікальний особистісний досвід.

Ці фактори проявляються у процесі соціалізації особистості, що проходить через три основні стадії[15]:

- дотрудова соціалізація (раннє дитинство та період навчання);
- трудова соціалізація (період активної трудової діяльності);
- післятрудова соціалізація.

На кожному етапі поступово формується особисте «Я». Людина не може досягти остаточного становлення, яке б не зазнавало змін, адже протягом життя вона постійно набуває нових соціальних статусів і ролей, таких як студент, працівник, батько чи мати. Ми часто переходимо з однієї групи в іншу, адаптуючись до нових обставин. Також світ навколо нас змінюється, спонукаючи до змін і нас. Тому соціалізація є процесом, який триває все життя — від народження до старості.

Етапи соціалізації:

- первинна соціалізація, яка відбувається в найближчому оточенні людини і є найбільш інтенсивною в першій половині життя; переважно зосереджена на сфері міжособистісних відносин;
- вторинна соціалізація — охоплює сферу соціальних відносин; на формування особистості тут впливають соціальні інститути, як-от засоби масової інформації, керівники установ, викладачі університетів, подружжя, політичні організації тощо; значущість вторинної соціалізації зростає на пізніших етапах життя.

1.2. Фактори, що впливають на соціалізацію молоді

Сьогодні, коли в нашій країні відбуваються радикальні зміни в усіх сферах суспільного життя та функціонуванні соціальних інститутів, вивчення особливостей соціалізації молодого покоління стає нагальною науковою проблемою, яка привертає увагу не лише дослідників, а й практиків різного рівня — від політиків до педагогів і батьків[18].

Процес соціалізації особистості починається з раннього дитинства та триває до моменту громадянської зрілості, хоча повноваження, права та обов'язки, набуті на цьому етапі, не свідчать про завершення соціалізації як такої, адже в певних аспектах цей процес триває протягом усього життя. Основними етапами соціалізації особистості є дитинство, юність, період батьківства, зрілий вік і старість.

Люди, з якими молода особа перебуває у безпосередній взаємодії, мають значний вплив на її розвиток і становлення, і їх називають агентами соціалізації. Зміст і роль цих агентів змінюються на різних етапах життя. Агентами первинної соціалізації молоді є близькі й далекі родичі, друзі сім'ї, однолітки, учителі, лікарі, а також лідери молодіжних організацій. До агентів вторинної соціалізації молоді належать представники адміністрації школи, університету, різних організацій, армії, церкви, а також працівники телебачення, радіо, партій та інших суспільних структур. Соціалізація впливає на формування особистості, на її ставлення до навколишнього середовища, соціальних ролей і власного життєвого шляху.

Існує кілька ключових факторів, що визначають процес соціалізації молоді[27]:

- **Сім'я.** Сім'я є першою соціальною групою, з якою взаємодіє дитина, і є головним інститутом первинної соціалізації. У сім'ї дитина отримує базові знання про соціальні норми, цінності та моделі поведінки. Роль сім'ї у соціалізації визначається стосунками між членами родини, їхніми моральними цінностями, рівнем освіченості батьків, а також їхньою здатністю надавати підтримку та виховувати дитину в атмосфері довіри. Сім'я формує основу особистісних якостей, таких як самостійність, відповідальність, здатність до співчуття і взаємодії.
- **Освітні заклади (школа, університет).** Школа та інші освітні установи виконують важливу роль у процесі соціалізації, особливо у формуванні соціальних навичок і професійної ідентичності. Тут молодь не лише

здобуває знання, а й вчиться жити в колективі, дотримуватися норм поведінки, спілкуватися з однолітками і вчителями. Учні та студенти навчаються вирішувати конфлікти, дотримуватися дисципліни, ставити цілі й працювати над їх досягненням. Важливими є також можливості для саморозвитку, які надаються закладом, – наприклад, участь у гуртках, спортивних секціях, волонтерських програмах.

- **Однолітки.** Група однолітків, або «референтна група», є значним чинником соціалізації, особливо в підлітковому віці. У спілкуванні з однолітками молоді люди часто засвоюють нові моделі поведінки, які можуть відрізнятися від сімейних. Однолітки впливають на самооцінку, вибір стилю, інтереси, а також сприяють розвитку навичок соціальної взаємодії. Прагнення до визнання в групі іноді змушує молодих людей адаптуватися до цінностей та звичаїв своїх друзів, що може сприяти як позитивним, так і негативним проявам поведінки.
- **Засоби масової інформації (ЗМІ) та соціальні мережі.** Сучасна молодь значну частину свого часу проводить в онлайн-середовищі, де активно функціонують соціальні мережі, онлайн-ігри, блоги та інші медіа-платформи. ЗМІ мають потужний вплив на формування світогляду, естетичних смаків, ідеалів та цінностей молоді. Завдяки медіа молоді люди дізнаються про нові тенденції, суспільні рухи, що впливає на їхні погляди і переконання. Водночас медіа можуть поширювати стереотипи або демонструвати шкідливі зразки поведінки, що іноді призводить до формування негативних установок або нереалістичних очікувань від життя.
- **Культура і субкультури.** Культурне середовище, у якому зростає молода людина, визначає цінності, традиції і звичаї, що мають значний вплив на її поведінку. Молодь часто приєднується до різних субкультурних груп, таких як музичні, спортивні, молодіжні об'єднання. Субкультури надають молодим людям відчуття ідентичності, приналежності та підтримки з боку однодумців. Вони також допомагають молоді виражати свою

індивідуальність та опановувати альтернативні моделі поведінки й сприйняття світу, відмінні від загальноприйнятих.

- **Релігія.** Релігія може мати значний вплив на соціалізацію, визначаючи цінності та норми, яких дотримується людина, надаючи сенс і напрямок її життю. Релігійні громади надають молоді моральну підтримку, формують її ставлення до людей, природи, суспільства. Релігія часто виступає джерелом моральних норм і може позитивно впливати на поведінку, формуючи стійкі етичні переконання та соціально прийнятні зразки поведінки.
- **Соціально-економічні умови.** Рівень життя, матеріальне становище сім'ї, доступність освіти та медичних послуг також є важливими чинниками соціалізації. Діти та молодь із забезпечених сімей мають більше можливостей для саморозвитку, подорожей, додаткових занять. Соціально-економічне становище впливає на доступ до культурних цінностей, а також на майбутні професійні перспективи молодої людини. Недостатність ресурсів може обмежувати можливості для освіти, що позначається на рівні соціальних навичок, впевненості та життєвих прагнень.
- **Соціальне середовище.** Загальна атмосфера в суспільстві, рівень культурного та економічного розвитку, політичний клімат також впливають на молодь. У стабільному суспільстві з високим рівнем добробуту та можливостями для розвитку молоді легше досягти поставлених цілей, проявити себе в різних сферах. Водночас соціальна нестабільність, економічна криза або інші соціальні труднощі можуть сприяти формуванню відчуття невпевненості, песимізму та можуть посилювати схильність до девіантної поведінки.

Висновки до першого розділу

Соціалізація є багатогранним і безперервним процесом, що охоплює засвоєння індивідом соціальних норм, цінностей і моделей поведінки,

необхідних для його інтеграції в суспільство. В основі соціалізації лежать механізми імітації, ідентифікації, а також почуття сорому і провини, що впливають на поведінкові моделі людини. Цей процес починається з дитинства і триває протягом усього життя, проходячи через такі етапи, як первинна та вторинна соціалізація, а також соціальна адаптація й інтеріоризація. Важливу роль у соціалізації відіграють агенти, серед яких сім'я, освітні заклади, однолітки, засоби масової інформації, субкультури, релігія та соціальне середовище. Кожен із цих чинників формує особистість через відповідні етапи і механізми, сприяючи набуттю індивідом нових соціальних ролей, цінностей і навичок. Сім'я є основним інститутом первинної соціалізації, тоді як школа, медіа і культура зумовлюють вторинну соціалізацію. Особливості соціалізації залежать від вікових етапів, соціально-економічного становища, культурного середовища і політичного клімату в суспільстві. У сучасних умовах соціалізація молоді є особливо важливим об'єктом дослідження, враховуючи швидкі зміни в соціальному середовищі, які вимагають адаптації та перегляду цінностей. Таким чином, соціалізація залишається ключовим фактором у формуванні особистості та її успішної інтеграції в суспільство.

РОЗДІЛ 2. ЦИФРОВІ ТЕХНОЛОГІЇ ТА ЇХ ВПЛИВ НА СОЦІАЛІЗАЦІЮ МОЛОДІ

2.1. Роль освітніх програм у цифровому середовищі

Сучасне суспільство переживає безпрецедентну цифрову трансформацію, що докорінно змінює усталені способи життя, спілкування та соціалізації молоді. Інтернет, соціальні медіа, смартфони та інші цифрові технології стали невід'ємною частиною повсякденного досвіду молодих людей, визначаючи нові канали взаємодії, формати ідентичності та моделі поведінки.

Цифрова трансформація освітнього простору має визначальне значення для сучасного суспільства, оскільки вона змінює способи взаємодії між учасниками

освітнього процесу, розширює доступ до знань і сприяє формуванню ключових соціальних навичок[47].

Диджиталізація стала ключовим поняттям у сучасному суспільстві, зокрема в освітній сфері. Цифрова трансформація освіти передбачає комплексне впровадження сучасних технологічних інструментів, спрямованих на принципове оновлення та вдосконалення освітнього процесу. Ідеться про системну інтеграцію цифрових технологій, які дозволяють не просто доповнювати традиційні методики навчання, а створювати принципово нове, більш гнучке, персоналізоване та ефективне освітнє середовище. Це процес переходу до навчання, яке базується на цифрових платформах. Завдяки цифровим технологіям відбувається вдосконалення освітнього процесу, його оптимізація, модернізація чи повна трансформація. У цифровому освітньому середовищі основну роль відіграють цифрові платформи, які слугують як інструмент навчання та водночас стають центральним елементом освітнього процесу.

Цифрова реальність вимагає перегляду пріоритетів освіти, а також оновлення форм, методів, засобів і технологій навчання, виховання та розвитку здобувачів освіти. Значні зміни в підходах до навчання ініціюються впровадженням новітніх інформаційних технологій і доступом до нових джерел інформації. Ці технології не лише забезпечують викладачів і здобувачів освіти сучасними інструментами та ресурсами, але й кардинально змінюють сам характер їхньої взаємодії[9].

Використання нових технологій має бути орієнтоване на підвищення якості освіти, що сприятиме зростанню конкурентоспроможності навчальних закладів. Тільки за цих умов упровадження цифрових інновацій є доцільним. Цифровізація освіти в Україні потребує скоординованої співпраці між науковцями, практиками педагогіки та психології, а також фахівцями у сфері цифрових технологій для комплексного вирішення сучасних викликів організації освітнього процесу із використанням цифрових платформ.

Дослідження визначають три ключові характеристики цифрових платформ[11]:

- технологічне посередництво – цифрові платформи функціонують завдяки сучасним технологіям, які забезпечують їхню роботу та інтеграцію в різні сфери.
- забезпечення взаємодії – вони сприяють комунікації та співпраці між групами користувачів, дозволяючи їм виконувати певні завдання в межах платформи.
- залежність від контенту – їхнє визначення і функціонал змінюються залежно від галузі, в якій вони застосовуються.

В освітній сфері цифрові платформи виконують низку важливих функцій:

- 1) створення академічного контенту – надання можливості створювати та поширювати навчальні матеріали.
- 2) організація продуктивної діяльності та інтерактивної взаємодії – сприяння співпраці між учасниками освітнього процесу, стимулювання активної взаємодії.
- 3) оцінювання знань і управління освітнім процесом – надання інструментів для перевірки знань, збору даних про прогрес і організацію навчального процесу.

Ці характеристики та функції роблять цифрові платформи визначальним механізмом у процесі трансформації сучасної освіти.

На основі аналізу підходів до визначення цифрових платформ їх можна згрупувати наступним чином:

- перший підхід: зосередженість на комунікаційних властивостях платформ, які забезпечують інтерактивну взаємодію між учасниками.

- другий підхід: акцент на властивостях, пов'язаних із збором, зберіганням і наданням різноманітної інформації, а також підтримкою інформаційного обміну.

Цифрові платформи відіграють роль ключового інструменту, що сприяє трансформації сучасних соціально-економічних відносин у процесі цифровізації. Це твердження повною мірою стосується і освітньої сфери.

Цифрова платформа – це інтегроване інформаційно-комунікаційне середовище, яке слугує віртуальним простором для надання академічного контенту, організації продуктивної діяльності, спілкування та інтерактивної взаємодії учасників освітнього процесу. Він також забезпечує оцінку знань і надає доступ до цифрового освітнього середовища з будь-якого місця та в будь-який час, особливо при дистанційному навчанні[30].

Ключовими складовими цифрової платформи є:

- спільнота — учасники, які взаємодіють у рамках платформи.
- дані — інформаційна база, яка забезпечує комунікацію та співпрацю.
- інфраструктура — сервіси, інструменти та технічні можливості, що забезпечують ефективну роботу платформи.

Основними чинниками, що визначають ефективність цифрових платформ, є доступ до високошвидкісного інтернету, сформована цифрова грамотність користувачів та готовність педагогів інтегрувати інноваційні технології в освітній процес.

Особливістю цифрових платформ як інструменту цифровізації освіти є їхня базова здатність залучати одночасно велику кількість учасників, створюючи ефект масштабу, що набуває особливого значення в умовах цифрової трансформації освіти.

На основі цього можна окреслити основні відмінності між цифровими освітніми платформами та традиційними методами навчання[35]:

- 1) традиційні методи здебільшого спрямовані на організацію навчального процесу в межах класу, тоді як цифрові платформи забезпечують можливість інтерактивної взаємодії не лише між викладачем і студентом, але й серед самих студентів;
- 2) цінність традиційних методів навчання полягає в живому спілкуванні під час навчальної діяльності в класі, де результат цього спілкування має високу цінність сам по собі. Цінність цифрової платформи, в свою чергу, визначається кількістю її учасників, зростанням якої збільшується ефективність платформи (створюється мережевий ефект);
- 3) цифрові платформи орієнтовані на підтримку їх безперервної роботи та функціонування;
- 4) у традиційних методах навчання ролі «викладач - студент» чітко визначені, тоді як у випадку використання цифрових платформ ці ролі можуть бути гнучкими, наприклад, коли викладачі та студенти спільно працюють над документами одночасно або у зручний для всіх час.

Проаналізуємо сильні та слабкі сторони впровадження цифрових платформ у сфері освіти. Для об'єктивної оцінки їхньої ефективності в цифровому освітньому середовищі важливо враховувати як переваги, так і недоліки.

Серед основних переваг використання цифрових платформ в освітньому процесі варто виділити:

- заохочення інновацій. Різноманіття освітніх послуг, інноваційне цифрове середовище для навчання та гнучка організаційна структура сприяють впровадженню нових підходів до освітнього процесу.
- доступність навчальних матеріалів. Цифрові платформи дозволяють як викладачам, так і студентам отримувати доступ до навчальних матеріалів

у будь-який час і з будь-якої точки світу. Онлайн-навчання стало важливою вимогою сучасності, і для цього достатньо мати смартфон чи ноутбук і доступ до Інтернету, що дозволяє інтерактивно взаємодіяти через цифрові платформи.

- продуктивність. Активізація пізнавальної діяльності через розробку практичних завдань, що підвищують складність і сприяють професійно-орієнтованій самостійній роботі. Система тестування дозволяє здійснювати постійний контроль і самоконтроль знань студентів, що допомагає підтримувати високий рівень засвоєння матеріалу.
- інтенсифікація взаємодії та інтерактивність. Проведення занять і організація консультацій через онлайн-формати, як чат і відеоконференції на платформі Zoom, а також через офлайн форуми. Цифрові платформи дозволяють привертати увагу здобувачів, зацікавлюючи їх ігровими інтерактивними завданнями, що підвищує мотивацію до навчання.
- індивідуалізація та варіативність навчання. Студенти мають можливість розвиватися в залежності від своїх потреб і вподобань, оптимізувати власну освітню траєкторію, зокрема через використання інструментів неформальної освіти, що дозволяє адаптувати навчальний процес до їхніх індивідуальних можливостей.
- об'єктивне оцінювання. Багато цифрових платформ містять автоматизовану перевірку теоретичних матеріалів, практичних завдань і тестів, що знижує ймовірність упередженого ставлення викладача до студентів і дає можливість об'єктивно оцінити рівень знань.
- формування сучасного цифрового освітнього середовища. Трансформація ролей викладача та студента в процесі використання цифрових платформ, що суттєво змінює традиційні підходи до організації навчання та створює нові можливості для розвитку освітнього процесу в цілому.

Варто зазначити, що інтеграція цифрових платформ у освітній процес має чимало позитивних аспектів. Однак, для збалансованої оцінки необхідно врахувати й низку недоліків, пов'язаних із впровадженням таких платформ:

- 1) Нерозвиненість інформаційно-комунікаційної інфраструктури. В Україні спостерігається недостатньо швидкий процес розширення доступу до широкосмугового інтернету, повільне впровадження сучасних стандартів мобільного зв'язку, таких як 4G і 5G, а також невідповідність інфраструктури європейським і світовим стандартам.
- 2) Недостатній рівень обізнаності у сфері кібербезпеки ставить учасників освітнього процесу під загрозу витоку або втрати особистої інформації. Більшість платформ вимагає реєстрації та введення особистих даних, що може становити загрозу конфіденційності, особливо якщо не дотримуватись основних правил кібергігієни.
- 3) Проблеми технічного забезпечення. Доступ до цифрових платформ залежить від технічних можливостей пристроїв користувачів, стабільного підключення до інтернету та наявності електропостачання. Відсутність цих умов або технічні перебої можуть унеможливити повноцінне використання цифрових інструментів.
- 4) Питання академічної доброчесності. Цифрові платформи не завжди забезпечують можливість перевірки чесності виконання завдань здобувачами. Це ускладнює контроль за дотриманням принципів академічної доброчесності під час дистанційного навчання.

Таким чином, цифрові платформи мають як переваги, так і недоліки, проте переваг їх використання в освітньому процесі значно більше. До того ж, виявлені недоліки можуть бути поступово усунені. В Україні активно розвивається інформаційна та телекомунікаційна інфраструктура відповідно до європейських та світових стандартів. Освітні заклади зобов'язуються забезпечувати всіх учасників навчального процесу стабільним доступом до цифрових платформ, а також пропонують курси з кібербезпеки та академічної доброчесності, спрямовані на підвищення обізнаності користувачів[37].

Популярність цифрових платформ продовжує зростати завдяки їхнім численним можливостям для організації ефективного навчання всіх учасників освітнього процесу.

Цифрова трансформація освіти – це багатопланове завдання, яке передбачає створення системи цифрових рішень. Він охоплює такі сфери, як створення безпечного цифрового освітнього середовища, забезпечення закладів освіти необхідною цифровою інфраструктурою, розвиток цифрової грамотності учасників освітнього процесу та впровадження сучасних цифрових технологій[43].

2.2. Вплив цифрових платформ на особистість

В епоху діджиталізації технології та інтернет відкривають безпрецедентні можливості для взаємодії між людьми. Втім, популяризація соціальних платформ серед молоді викликає занепокоєння щодо їхнього ментального здоров'я. Подібно до інших явищ, соцмережі несуть у собі як переваги, так і ризики. Важливо навчитися балансувати між ними задля збереження психологічного добробуту підростаючого покоління[46].

Для молодих людей соціальні платформи стають вікном у широкий світ та майданчиком для нових знайомств. Ці ресурси сприяють налагодженню контактів з ровесниками, обміну досвідом та самовираженню через творчість. Соцмережі допомагають підліткам формувати позитивний образ себе, отримувати схвалення та емоційну підтримку оточення. Проте без розуміння потенційних загроз надмірне занурення у віртуальний простір може зашкодити психічному благополуччю.

Дослідження показують, що використання соціальних мереж серед старших дітей і підлітків зросло значною мірою за останні десять років, що частково зумовлено масовим поширенням смартфонів серед молоді. Сьогодні близько 58% підлітків віком від 15 до 17 років зазначають, що відмова від

соціальних мереж стала б для них значним викликом. Менше, але все ще чимало, молодших підлітків віком 13–14 років (48%) також вважають, що це було б непросто[41]. Мобільні додатки пропонують користувачам широкий функціонал — від ігор до обміну фото та відео, а також можливості геолокації.

Соціальні мережі й мобільні додатки забезпечують платформи для формування онлайн-ідентичності, підтримки зв'язків і розбудови соціальних мереж. Однак сучасне покоління підлітків, як правило, не обмежується одним ресурсом, а підтримує так зване «портфоліо соціальних мереж», обираючи різні платформи для різних цілей. Найпопулярнішими серед підлітків є YouTube (95%), TikTok (67%) і Facebook (32%), а також менш популярні Twitter, Twitch та WhatsApp. Це портфоліо дає підліткам змогу адаптувати своє онлайн-спілкування до різних потреб і вподобань, створюючи більш насичене цифрове середовище.

Слід зазначити, що вплив соціальних платформ на ментальний стан молоді має подвійний характер. Було б помилковим вважати соціальні мережі винятково негативним явищем для психіки молоді. Сучасні цифрові технології та онлайн-комунікації можуть мати цілком конструктивний вплив на життя підростаючого покоління. Визначальним фактором є свідомий та збалансований підхід до використання віртуальних платформ[44].

Серед позитивних аспектів варто відзначити доступність миттєвої комунікації з близькими людьми. Молоде покоління має змогу ефективно налагоджувати контакти з однолітками на основі спільних захоплень та отримувати емоційну підтримку в непростих життєвих моментах. Соціальні медіа також відкривають простір для самореалізації, де підлітки можуть демонструвати власні таланти та здобутки, знаходячи відгук серед інших користувачів мережі.

Проте надмірна активність у соцмережах може становити загрозу для психологічного здоров'я підлітків. Тривале перебування у віртуальному

просторі здатне породжувати відчуття ізоляції через брак реального спілкування. Більше того, інтернет-залежність та порушення режиму сну, спричинені надмірним використанням соціальних платформ, негативно позначаються на загальному самопочутті молодих людей. Надмірне захоплення соціальними платформами може викликати хронічний стрес та тривожні стани. У підлітків, які проводять значну частину часу в соцмережах, часто розвивається нав'язливе бажання постійно бути на зв'язку та відстежувати інформаційний потік. Неспроможність своєчасно реагувати на всі повідомлення чи недостатня кількість отриманих вподобань може породжувати відчуття неспроможності та призводити до зниження впевненості у собі.

Соціальні платформи можуть позитивно впливати на самооцінку молоді, надаючи можливість презентувати власні таланти та успіхи, отримуючи схвалення від онлайн-спільноти. Залученість до віртуальних груп за інтересами та позитивний фідбек від інших користувачів здатні мотивувати підлітків до особистісного зростання та зміцнення впевненості у собі[22].

Важливим аспектом є також згубний вплив соцмереж на самосприйняття підлітків. Постійне зіставлення власного життя з ідеалізованими образами інших користувачів може викликати у молоді відчуття власної неповноцінності в плані успішності, зовнішності чи популярності. Схильність підлітків до порівняння себе з іншими користувачами часто викликає негативні емоції – від заздрощів до самоприпинення.

Такі порівняння нерідко провокують розвиток психоемоційних розладів, включаючи підвищену тривожність, стресові стани та депресивні настрої.

Водночас, соцмережі можуть справляти деструктивний вплив на самооцінку молодих людей. Емоційна прив'язаність до кількості вподобань та коментарів нерідко породжує невдоволення власною зовнішністю та життєвими обставинами, провокуючи відчуття меншовартості.

Для підтримки психологічного благополуччя молоді при користуванні соцмережами критично важливим є формування здорового самосприйняття. Необхідно допомогти підліткам усвідомити різницю між реальністю та віртуальним простором, розуміючи, що контент у соцмережах часто показує лише відібрані, прикрашені фрагменти життя користувачів. Не менш суттєвим є підтримання відкритого діалогу з молодими людьми, обговорення їхніх емоційних переживань та готовність надати емоційну підтримку за будь-яких обставин[34].

Таблиця 2.2.

Вплив цифрових платформ на різні вікові категорії людей

Вікова категорія	Вплив цифрових платформ	Позитивні ефекти	Негативні ефекти
Діти (0-12 років)	Досвід взаємодії з цифровими платформами починається через ігри, освітні програми, мультфільми та відео.	Розвиток когнітивних навичок, навчання через інтерактивні додатки, підвищення творчих здібностей.	Ризик залежності від технологій, зниження часу, проведеного на свіжому повітрі, можливі порушення зору, формування недостатніх соціальних навичок.
Підлітки (13-19 років)	Використання соціальних мереж, онлайн-ігор, платформ для навчання,	Збагачення соціальних зв'язків, можливість навчання та	Підвищення ризику кібербулінгу, соціальної ізоляції,

	блогів та відеоплатформ.	обміну знаннями, розвиток комунікативних навичок.	залежність від гаджетів, вплив на самооцінку через порівняння з іншими, доступ до неперевіреної інформації.
Молодь (20-35 років)	Використання платформ для професійного розвитку, онлайн-курсів, соціальних мереж та інтернет-маркетингу.	Можливість кар'єрного зростання, доступ до нових знань та навичок, глобальна комунікація, розвиток особистих брендів.	Професійне вигорання через постійну онлайн-активність, можливість маніпуляцій, підвищений рівень стресу через постійне інформування та конкуренцію.
Середній вік (36-50 років)	Платформи для роботи, навчання, новин, соціальних мереж, взаємодії з друзями та родиною.	Можливість підтримання контактів із родиною та друзями, доступ до новин, розвиток професійних навичок.	Ризик зниження фізичної активності, інформаційне перенавантаження, недостатнє розрізнення правдивої інформації, збільшення часу, проведеного в інтернеті, що

			може впливати на здоров'я.
Старші люди (51+ років)	Використання цифрових платформ для комунікацій, онлайн-шопінгу, перегляду відео, навчальних курсів.	Підтримка соціальних зв'язків, доступ до медичних консультацій, збагачення знань, можливість для розваг та хобі.	Можливі труднощі в адаптації до нових технологій, зниження довіри до онлайн-ресурсів, підвищений ризик шахрайства, ізоляція через відсутність цифрових навичок.

Отже, дана таблиця демонструє, що вплив цифрових платформ значно різниться залежно від вікової категорії. Для дітей та підлітків важливою є правильна регуляція часу, проведеного онлайн, та контроль контенту. Молоді та людям середнього віку потрібно знаходити баланс між онлайн-активністю та реальним життям, а старші люди повинні мати доступ до навчальних програм, що допоможуть їм адаптуватися до цифрових технологій та захиститися від потенційних загроз.

2.3. Вплив відеоігор та онлайн-спільнот

Сьогодні комп'ютерні ігри стали одним із найпопулярніших способів проведення дозвілля, захоплюючи мільйони людей різного віку та статі, займаючи важливе місце в повсякденному житті багатьох. Починаючи з простих аркадних ігор, відеоігри пройшли значний шлях і перетворилися на складні віртуальні світи, які змінили не лише підхід до розваг, а й мали помітний вплив на суспільство загалом. Незважаючи на широке захоплення іграми, зростання їхньої популярності викликає обговорення стосовно їхнього

впливу на людей. Відеоігри залишаються популярними і серед сімей: за статистикою, 4 з 5 сімей мають пристрої для ігор, зокрема через мобільні додатки. Сучасні підлітки часто використовують кілька видів медіа одночасно, займаючись так званою мультизадачністю, яка може включати перегляд телевізора, роботу за комп'ютером, перебування в мережі та участь у різних активностях одночасно[41].

Комп'ютерні ігри посідають важливе місце в житті дітей, виконуючи, як розважальну, так і розвивальну функції. Вони здатні стимулювати креативність, логічне мислення та уяву. Водночас варто враховувати, що вплив таких ігор на дитячу психіку може бути неоднозначним. Надмірне захоплення відеоіграми або вибір невідповідного контенту здатні спричиняти негативні емоції, такі як засмучення чи агресія, а також формувати залежність. Фактори, як-от тривалість гри, її інтенсивність, жанр та відповідність віковим рекомендаціям, суттєво впливають на психологічне здоров'я дитини.

Таким чином, вплив комп'ютерних ігор на психіку дитини - складний і багатогранний процес, який потребує глибокого розуміння. Щоб сприяти позитивному психологічному розвитку дитини, батькам, педагогам і психологам слід бути обізнаними щодо можливих наслідків гри у відеоігри та враховувати рекомендації щодо їх раціонального використання.

Негативний вплив відеоігор[33]. Відеоігри можуть викликати низку проблем, які важливо враховувати під час вибору та контролю ігрового контенту для дитини.

По-перше, однією з ключових загроз є вплив на психоемоційний стан. Надмірне захоплення іграми, особливо протягом тривалого часу, здатне спричиняти стрес, роздратованість і нервові напруження. Постійне порівняння себе з іншими гравцями може негативно впливати на самооцінку дитини, викликаючи почуття невпевненості чи навіть депресивний стан. Крім того, надмірна захопленість відеоіграми часто призводить до зниження інтересу до

інших видів діяльності, зокрема навчання чи спілкування з однолітками, що позначається на соціальному та інтелектуальному розвитку дитини.

Комп'ютерні ігри також можуть впливати на психічне та фізичне здоров'я дитини. Малорухливий спосіб життя під час гри може призводити до проблем зі здоров'ям, таких як ожиріння та зниження м'язового тону. Окрім того, надмірне захоплення відеоіграми здатне сприяти формуванню залежності, яка може мати серйозні наслідки для психологічного благополуччя дитини.

Ці негативні аспекти підкреслюють важливість розумного підходу до контролю за ігровою діяльністю. Батькам слід уважно стежити за змінами в настрої та поведінці дитини, встановлювати чіткі обмеження щодо тривалості ігрових сесій і типу ігор. Важливо також заохочувати дитину до фізичної активності та розвитку різноманітних навичок, щоб досягти гармонії між ігровою діяльністю та іншими аспектами її життя.

Особливу увагу варто приділити зростанню агресивної поведінки, що може бути наслідком тривалого занурення у світ відеоігор. Регулярне спостереження за віртуальними сценами, які включають насильство та агресію, може змінити сприйняття реальності. Це нерідко спричиняє підвищення рівня агресивності та емоційної напруженості в поведінці дитини.

Наукові дослідження свідчать, що тривалий вплив відеоігор на психіку дітей може знижувати здатність контролювати емоції та збільшувати схильність до конфліктів[24]. Дитина може стати більш нетерпеливою, дратівливою та схильною до емоційних спалахів. Крім того, надмірне захоплення відеоіграми може спричиняти соціальну ізоляцію та погіршення комунікативних навичок, оскільки час, який міг би бути витрачений на реальні взаємодії, присвячується грі.

Актуальними є питання зниження навчальних успіхів та погіршення концентрації уваги під впливом відеоігор.

Дослідження свідчать, що діти, які проводять значну кількість часу за комп'ютерними іграми, частіше занурюються у віртуальний світ, втрачаючи інтерес до навчального процесу. Особливо це стосується ігор з активним геймплеєм та швидким темпом, які можуть викликати звикання, що негативно позначається на рівні академічних досягнень.

Окрім цього, відеоігри здатні знижувати здатність дитини концентруватися. Постійне переключення уваги на швидко змінювані події у віртуальному середовищі послаблює навичку зосередження на одній задачі протягом тривалого часу. Це може перешкоджати успішному засвоєнню матеріалу, виконанню важливих завдань і досягненню результатів у навчанні.

Щоб уникнути негативного впливу відеоігор на академічні досягнення та здатність концентруватися, батькам слід запроваджувати чіткі обмеження щодо часу, проведеного за іграми. Крім того, варто заохочувати дитину до участі в активних заняттях, які сприяють розвитку як інтелектуальних, так і фізичних навичок.

Також ефективним є використання позитивної мотивації: заохочення та винагороди за досягнення в навчанні допоможуть підтримати інтерес дитини до освіти та зміцнити її бажання досягати успіхів[13].

Позитивний вплив відеоігор. Відеоігри допомагають розвивати низку корисних навичок, зокрема увагу, координацію рухів, здатність до стратегічного мислення та вирішення складних завдань. Також вони сприяють формуванню креативного підходу до вирішення проблем і вдосконаленню навичок командної роботи.

- стимулювання когнітивних здібностей: під час гри у комп'ютерні ігри діти активно задіюють свої розумові ресурси, що сприяє розвитку когнітивних навичок. Вони вчаться аналізувати інформацію, ухвалювати швидкі рішення та вирішувати логічні задачі. Це позитивно впливає на

творення мислення, а також покращує здатність концентруватися й утримувати увагу.

- **розвиток соціальних умінь:** багато відеоігор надають можливість для спілкування та співпраці з іншими гравцями. Такі взаємодії сприяють формуванню соціальних компетенцій, зокрема комунікації, співробітництва та толерантності. Крім того, участь у командних іграх допомагає дітям розвивати лідерські якості та вміння ефективно працювати в групі.
- **стимулювання креативності:** чимало відеоігор надають можливість дітям творчо проявляти себе, наприклад, створюючи унікальні світи чи персонажів. Такий досвід зумовлює розвиток уяви, творче мислення, художнього смаку та здатності до самовираження.
- **формування самодисципліни та наполегливості:** деякі ігри потребують регулярного вдосконалення навичок і тренування для досягнення успіху. Це допомагає дитині розвивати самодисципліну, наполегливість і здатність відповідально підходити до виконання завдань, адже успіх у грі залежить від цілеспрямованості й витримки.
- **баланс і здоровий розвиток:** комп'ютерні ігри можуть позитивно впливати на розвиток дитини, сприяючи формуванню різноманітних умінь і навичок. Однак важливо підтримувати рівновагу між часом, проведеним за грою, і іншими активностями, такими як фізичні вправи, читання та соціальні взаємодії. Рекомендується обмежувати час, проведений перед екраном, і включати до розпорядку дитини різні види діяльності для забезпечення гармонійного розвитку.

Висновки до другого розділу

Цифрова трансформація освіти є складним і багатогранним процесом, який докорінно змінює традиційні підходи до навчання, перетворюючи освітнє середовище завдяки впровадженню інноваційних цифрових платформ.

Незважаючи на наявні виклики, такі як недостатній рівень інфраструктури та кібербезпеки, переваги цифровізації освіти є очевидними: підвищення доступності навчальних матеріалів, посилення інтерактивності, індивідуалізація освітніх траєкторій, об'єктивізація оцінювання та створення гнучкого, персоналізованого освітнього простору, що відповідає викликам сучасного цифрового суспільства. Успішна реалізація цифрової трансформації потребує комплексного підходу, який включає розвиток технологічної інфраструктури, цифрової грамотності учасників освітнього процесу та впровадження інноваційних технологічних рішень.

Цифрові платформи мають складний, багатогранний вплив на особистість, особливо на молодь, демонструючи подвійну природу віртуального середовища: з одного боку, надаючи унікальні можливості для комунікації, самовираження та розвитку, а з іншого - створюючи ризики психологічного та соціального характеру, такі як залежність, зниження самооцінки та порушення реальної соціальної взаємодії. Ключовим фактором позитивного впливу є свідомий, збалансований підхід до використання цифрових технологій, який передбачає критичне мислення, здатність розрізняти віртуальну та реальну реальність, підтримку відкритого діалогу та розуміння потенційних ризиків, що особливо важливо для підростаючого покоління в умовах стрімкої діджиталізації суспільства.

Комп'ютерні ігри є складним і багатогранним явищем, яке має як значні позитивні, так і потенційно негативні аспекти впливу на розвиток дитини. З одного боку, відеоігри можуть стимулювати когнітивні здібності, розвивати креативність, соціальні навички та формувати самодисципліну, а з іншого - надмірне захоплення ними здатне призвести до психоемоційних проблем, зниження навчальної мотивації, погіршення концентрації та соціальної ізоляції. Тому ключовим є свідомий та збалансований підхід з боку батьків і педагогів: встановлення чітких обмежень на час гри, уважний контроль за змістом ігор, заохочення різноманітної активності та підтримка здорового способу життя.

Головне завдання - перетворити комп'ютерні ігри з потенційного ризику на інструмент розвитку та навчання, який сприяє гармонійному формуванню особистості дитини.

РОЗДІЛ 3. СОЦІАЛЬНІ ТА ПСИХОЛОГІЧНІ НАСЛІДКИ ВИКОРИСТАННЯ ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ МОЛОДДЮ

3.1. Цифрова залежність і її соціальні наслідки

У сучасному світі, який стрімко переходить у цифрову епоху, технології стали невід'ємною складовою нашого повсякденного життя. Від смартфонів до соціальних мереж, ми постійно знаходимося в підключенні до віртуального простору, що відкриває безліч можливостей для комунікації, розваг і доступу до інформації. Водночас ця постійна присутність технологій породжує низку викликів, серед яких особливо актуальною є проблема залежності від них.

Технологічна або цифрова залежність визначається як надмірне й неконтрольоване використання цифрових пристроїв та онлайн-платформ, що негативно впливає на фізичний, психологічний та соціальний стан людини. Прояви цифрової залежності можуть відрізнятися залежно від того, який вид цифрової активності переважає.

Найпоширенішими формами такої залежності є[8]:

- залежність від соціальних мереж: постійне і неконтрольоване використання таких платформ, як Facebook, Instagram, Twitter чи Snapchat, що часто пов'язане з бажанням отримувати соціальне підтвердження або підтримувати зв'язок із оточенням;
- ігрова залежність: надмірне захоплення відеоіграми на консолях, комп'ютерах чи мобільних пристроях, яке призводить до ігнорування повсякденних обов'язків, віддалення від реального життя та шкоди для психічного й фізичного здоров'я;
- інтернет-залежність: надмірне перебування в мережі з різними цілями, такими як перегляд веб-сторінок, стрімінгові сервіси, онлайн-шопінг,

азартні ігри чи перегляд порнографії, що спричиняє втрату відчуття часу, ізоляцію та погіршення особистих стосунків і продуктивності.

Причини цифрової та технологічної залежності криються не лише в алгоритмах соціальних мереж. Особистісні особливості, психологічні фактори та вплив навколишнього середовища також можуть сприяти формуванню надмірної залежності від цифрових пристроїв.

Психологічні фактори. Особи, які стикаються з психологічними труднощами, такими як тривога, депресія, хронічний стрес або емоційне виснаження, можуть виявитися більш схильними до формування цифрової залежності. У таких випадках технології виконують роль своєрідного механізму подолання труднощів або втечі від реальності.

Зокрема, людина може використовувати цифрові пристрої, щоб уникнути неприємних емоцій чи ситуацій, шукаючи віртуальну розраду у вигляді соціальних мереж, відеоігор чи безцільного перегляду контенту. Це створює ілюзію полегшення або тимчасового відволікання, але з часом призводить до посилення емоційного дискомфорту. Надмірне використання технологій може загострити відчуття ізоляції, незадоволення собою чи світом, що підсилює потребу у ще частішому зверненні до цифрового середовища.

Таким чином, формується замкнене коло: технології використовуються як спосіб уникнення негативних почуттів, але водночас їх надмірне використання посилює емоційні проблеми, змушуючи людину ще більше залежати від своїх пристроїв. Це підкреслює важливість врахування психологічних чинників у діагностиці та лікуванні цифрової залежності, адже вона часто є лише наслідком глибших внутрішніх проблем.

Соціальний вплив. Цифрова залежність нерідко формується під впливом соціального середовища, зокрема через тиск однолітків і культурні очікування. Сучасне суспільство встановлює певні норми поведінки, які часто асоціюються

з постійною присутністю в онлайні. Це включає активне використання соціальних медіа для підтримки спілкування, демонстрації способу життя або самовираження[12].

Підлітки та молодь особливо вразливі до такого впливу. У прагненні відповідати очікуванням свого оточення, вони можуть відчувати потребу постійно бути активними на платформах, таких як Instagram, TikTok чи Snapchat. Наприклад, публікація контенту, перегляд чужих сторіс або коментування дописів стають не лише формою соціальної активності, а й способом отримання схвалення чи популярності. Лайки, коментарі та перегляди часто сприймаються як підтвердження їхньої соціальної значущості.

Крім того, існує культурна норма, яка спонукає підтримувати зв'язок із друзями, колегами чи родичами через цифрові засоби. Людина може боятися "випасти" з інформаційного поля або бути ізольованою, якщо не використовує технології так само інтенсивно, як її оточення. Це створює своєрідний тиск відповідати поведінці інших, навіть якщо така активність стає надмірною.

У підсумку, соціальний вплив сприяє прийняттю шаблонів поведінки, які з часом можуть перерости у звичку. Надмірне використання цифрових платформ задля соціальної інтеграції або відповідності нормам може поступово формувати залежність, змушуючи людей ставити віртуальне спілкування вище за реальне життя. Важливо розуміти, що така поведінка є результатом як індивідуальних переживань, так і зовнішнього соціального тиску, що потребує відповідного коригування для збереження здорового балансу.

Тригери навколишнього середовища. Навколишнє середовище, яке нас оточує, відіграє важливу роль у формуванні поведінки, пов'язаної з технологіями. У сучасному світі доступ до цифрових пристроїв та Інтернету став майже універсальним, створюючи ідеальні умови для розвитку залежності. Технологічна інфраструктура дозволяє залишатися онлайн практично будь-де

та будь-коли, що знижує бар'єри до необмеженого використання гаджетів і цифрових платформ.

Одним із ключових тригерів є легкість доступу. Смартфони, планшети, ноутбуки та інші пристрої дають миттєвий вихід до величезного масиву контенту — від відео на YouTube до соціальних мереж, ігор, потокових сервісів чи онлайн-магазинів. Усі ці ресурси доступні кількома дотиками, що робить їх використання швидким і комфортним. Така зручність нерідко заохочує людей проводити більше часу в цифровому світі, поступово формуючи залежність.

Ще одним фактором є необмеженість контенту. У віртуальному середовищі постійно створюються нові матеріали — статті, відео, дописи в соціальних мережах тощо. Людина може нескінченно прокручувати сторінки, шукати нову інформацію чи переглядати розважальний контент, що створює ілюзію безкінечного джерела цікавого досвіду. Це підсилює бажання залишатися онлайн, часто призводячи до втрати контролю над часом.

Важливу роль у закріпленні залежності відіграють методи гейміфікації, які активно використовуються розробниками цифрових платформ. Соціальні мережі, мобільні ігри та навіть освітні додатки часто впроваджують такі елементи, як нагороди, рівні, рейтинги чи досягнення, щоб стимулювати користувачів взаємодіяти частіше та довше. Наприклад, отримання лайків у соціальних мережах чи проходження рівнів у грі викликає короткострокове задоволення, яке стає потужним стимулом для повторення цих дій[14].

Крім того, потужні алгоритми, що персоналізують контент, підсилюють компульсивну поведінку. Алгоритми соціальних медіа, потокових сервісів чи онлайн-магазинів аналізують вподобання користувачів і пропонують їм матеріали, які відповідають їхнім інтересам. Цей механізм створює відчуття, що платформа «розуміє» людину, що ще більше спонукає повертатися до неї.

Таким чином, навколишнє середовище, насичене технологіями, створює сприятливі умови для розвитку залежності. Доступність пристроїв, нескінченні джерела контенту, гейміфікація та алгоритми не лише полегшують використання технологій, але й стимулюють формування компульсивних моделей поведінки. Щоб зменшити негативний вплив цих тригерів, важливо навчитися встановлювати межі у використанні цифрових пристроїв, контролювати час, проведений онлайн, і підвищувати обізнаність про механізми, які впливають на нашу поведінку.

3.2. Позитивні та негативні аспекти цифрового середовища

Соціальні мережі, месенджери, форуми тощо стають новими засобами для самовираження, пошуку однодумців, обміну інформацією та встановлення контактів. Молодь активно користується цими платформами, проводячи в них значну частину часу. Це породжує як нові можливості, так і потенційні ризики.

Активне занурення молоді у віртуальний простір спричинило перенесення соціальних зв'язків реального світу (гуртки за інтересами, дружні компанії) до онлайн-середовища, де вони трансформувалися у соціальні мережі. Ці платформи відкривають значно ширші можливості для спілкування та обміну інформацією. Проте разом із новими перспективами виникають і нові виклики, що особливо стосуються молоді як найбільш активної аудиторії віртуальних спільнот[14].

Зокрема, можна відзначити ослаблення соціальних зв'язків у реальному житті та розвиток Інтернет-залежності, яка нерідко переходить у залежність від соціальних мереж. Це, своєю чергою, призводить до проблем зі здоров'ям, успішністю в навчанні тощо. Окремою проблемою є неконтрольоване входження підлітків в Інтернет-простір без належного супроводу дорослих, адже можливості цензури та контролю в Інтернеті є доволі обмеженими.

З одного боку, цифрові канали комунікації розширюють горизонти молодіжної взаємодії, даючи доступ до ширшого кола однолітків та тематичних спільнот. Це сприяє формуванню нових типів соціальних зв'язків, обміну досвідом, колективному вирішенню проблем. З іншого боку, надмірне занурення у віртуальний простір може призводити до ізоляції від реального світу, витіснення живого спілкування та порушення навичок міжособистісної комунікації.

Хоча цифрові технології стали невід'ємною частиною сучасного життя, питання їхньої безпеки та захисту даних залишаються недостатньо вивченими. Особливе занепокоєння викликають загрози, пов'язані з можливістю несанкціонованого доступу до особистих даних через зломи цифрових систем. Сьогодні, коли сенсори Internet of Things (IoT) збирають безпрецедентний обсяг інформації про користувачів, приватність стає дедалі більш вразливою. Постає питання: наскільки обґрунтовано і безпечно відбувається збір цих даних, адже користувачі часто не мають повного контролю над тим, що і як збирається, хто має доступ до їхніх даних і як ці дані обробляються. Усе це створює значні ризики порушення приватності та втрати конфіденційності[22].

Водночас цифрові технології відіграють критичну роль у бізнес-процесах, підтримуючи всі етапи життєвого циклу продукту — від розробки до післяпродажної підтримки. Однак залежність від програмного забезпечення також створює ризики технічних збоїв, які можуть призвести до неточностей або втрати даних. Наприклад, технічні неполадки в програмному забезпеченні можуть порушити безперебійну роботу пристроїв, що своєю чергою може спричинити некоректне функціонування або втрату зв'язку з мережею. У таких випадках користувачі ризикують отримати неточну чи застарілу інформацію, що може призвести до додаткових фінансових та репутаційних втрат для бізнесу.

Висновки до третього розділу

Цифрова залежність є складним соціально-психологічним явищем, яке формується під впливом комплексу внутрішніх та зовнішніх чинників, таких як особистісні психологічні проблеми, соціальний тиск та технологічне середовище. Сучасні цифрові платформи та пристрої створюють надзвичайно сприятливі умови для розвитку залежної поведінки через легкий доступ до контенту, механізми гейміфікації, персоналізовані алгоритми та постійне прагнення користувачів до віртуальної соціальної інтеграції. Особливо вразливими до цифрової залежності є підлітки та молодь, які намагаються відповідати соціальним очікуванням та потребують спеціальної уваги та підтримки. Для подолання цієї проблеми необхідно підвищувати усвідомленість, формувати навички свідомого використання технологій, встановлювати чіткі особисті та соціальні обмеження, а також приділяти увагу психологічному благополуччю та реальним соціальним взаємодіям.

Цифрове середовище є складним і суперечливим простором, що пропонує молоді нові можливості для комунікації, самовираження та обміну інформацією, водночас створюючи значні виклики та ризики. Активне занурення в онлайн-простір трансформує соціальні зв'язки, розширюючи горизонти взаємодії, але водночас загрожує ізоляцією від реального світу, послабленням навичок міжособистісної комунікації та підвищенням залежності від цифрових технологій. Особливу тривогу викликають питання приватності, безпеки особистих даних та неконтрольованого впливу на психологічний стан молоді. Тому надзвичайно важливим є усвідомлений, збалансований підхід до використання цифрових технологій, який передбачає критичне мислення, здатність встановлювати власні межі та підтримувати повноцінні реальні соціальні зв'язки.

РОЗДІЛ 4. ПРАКТИЧНІ ШЛЯХИ ОПТИМІЗАЦІЇ ПРОЦЕСУ СОЦІАЛІЗАЦІЇ МОЛОДІ В ЦИФРОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ

4.1. Взаємодія освітніх та соціальних установ у контексті цифрового виховання молоді

Враховуючи практичну спрямованість соціальних інститутів у вихованні молоді, необхідно створити умови для формування особистості, здатної ефективно функціонувати в цифровому суспільстві та конструктивно реагувати на виклики цифровізації.

Фактори, що сприяють налагодженню взаємодії соціальних інститутів у вихованні молоді в цифровому освітньому просторі:

- глобальні суспільні зміни внаслідок поширення процесів цифровізації, автоматизації та глобалізації;
- трансформація освітніх парадигм з акцентом на практичну спрямованість і домінування діяльнісного підходу над традиційним накопиченням знань;
- еволюція освітніх вимог у цифрову епоху: пріоритет практичної діяльності та динамічних компетентностей;
- обмежена адаптивність освітньої системи до стрімких технологічних трансформацій (гейміфікація, персоналізація, доповнена реальність, штучний інтелект);
- практична необхідність оновлення виховних стратегій у відкритому цифровому середовищі;
- нагальна потреба формування цифрових компетенцій молоді для успішної життєдіяльності.

Дослідження діяльності соціальних інституцій в освітній сфері під час пандемії виявило їхню здатність до швидкої адаптації та пошуку інноваційних форм комунікації, зокрема через впровадження онлайн-формацій, проєктної діяльності та забезпечення постійного зворотного зв'язку з вихованцями.

Можемо виділити наступні тенденції у діяльності соціальних інститутів в онлайн-середовищі[34]:

- трансформація професійних компетентностей: педагоги опановують нові способи комунікації та передачі знань, усвідомлюючи, що цифрова

грамотність та вміння ефективно використовувати технологічні канали комунікації стають критичними для поширення унікальних знань;

- самоосвітня динаміка: переважна більшість освітян у стислі терміни опанували необхідні цифрові навички, освоїли онлайн-платформи та налагодили дистанційну комунікацію;
- пріоритетність внутрішньої мотивації: в умовах дистанційної взаємодії знання отримує насамперед мотивований учасник, незалежно від зовнішніх можливостей;
- трансформація ролі педагога: посилення функції координатора та провідника замість традиційної ролі транслятора знань, поглиблення розуміння важливості педагогічного супроводу та особистісного впливу.

Отже, освіта у відкритому цифровому середовищі виступає ключовим фактором у формуванні зрілої особистості, яка готова до життя, самореалізації та здатна критично сприймати інформацію, протистояти маніпуляціям і небажаному впливу інформаційних потоків. Співпраця різноманітних соціальних інституцій в освітньому середовищі сучасних цифрових технологій має на меті:

- 1) формування цифрового освітнього простору, забезпечення педагогічних працівників та вихователів методичними онлайн-засобами (методиками, технологіями, ресурсами, сервісами);
- 2) створення правил та інструкцій щодо функціонування навчального онлайн середовища, що сприятиме підвищенню прозорості та відкритості інформації.
- 3) створення онлайн-професійних спільнот для обміну досвідом та професійного зростання, а також впровадження систем зворотного зв'язку.
- 4) розвиток нових і розширених шансів для дітей і молоді бути соціалізованими та вихованими в цифровому світі;
- 5) модернізація виховного підходу, що має за мету максимальну адаптацію підростаючого покоління до життєдіяльності в інформаційно насиченому

цифровому середовищі, розвиток здатності молоді до успішної самореалізації через оволодіння сучасними компетентностями, критичним мисленням та навичками ефективної комунікації в цифровому просторі.

- 6) трансформація соціальних інституцій до роботи в умовах постійних змін, що включає в себе: гнучку адаптацію до технологічних інновацій, безперервну оптимізацію внутрішніх процесів, перегляд усталених освітніх парадигм, впровадження мобільних та адаптивних освітніх і виховних технологій, формування середовища, здатного швидко реагувати на виклики цифрової епохи;
- 7) розвиток комплексної системи компетентностей у дітей та молоді, що охоплює когнітивний напрямок, (формування гнучкого інтелектуального мислення, розвиток креативних здібностей, підвищення рівня цифрової писемності, удосконалення навичок стратегічного розв'язання проблем); соціальний напрямок (адаптація до динамічного цифрового простору, розширення комунікативної компетентності, розвиток емоційного інтелекту, формування адаптивності та стресостійкості, вдосконалення навичок конструктивної взаємодії, підвищення рівня соціальної гнучкості); технічний напрямок (опанування професійно-орієнтованих цифрових навичок, підготовка до роботи в умовах технологічних трансформацій).

Паралельно - впровадження інноваційних підходів у виховній роботі соціальних інституцій для формування ціннісного ставлення до цифрового комунікативного середовища та розвитку ключових компетенцій особистості в сучасному глобалізованому світі[45].

4.2. Партнерство батьків та педагогів у мінімізації ризиків цифрового впливу на дітей та молодь

Партнерство батьків і вчителів, яка функціонує як спільна та підзвітна діяльність, заснована на спілкуванні, рівності, добровільності та спільних

інтересах, має вирішальне значення для успіху формування особистості підростаючого покоління в умовах сучасного інформаційно-технологічного простору.

Взаємодія соціальних інституцій у цифровому просторі спрямована на комплексний розвиток дітей та молоді через активний обмін інформацією та спільну діяльність, що передбачає всебічне вдосконалення їхніх інтелектуальних здібностей, потенціалу та зміцнення фізичного, психічного та соціального здоров'я, а також створення надійного захисту від різноманітних інтернет-загроз. Батькам та педагогам необхідно бути максимально обізнаними про широкий спектр потенційних небезпек у мережі, серед яких: руйнівні психологічні впливи (інтернет-залежність, маніпулятивні технології, схильність до суїцидальної поведінки), ризикований контент (порнографічні та екстремістські матеріали), соціальні деструкції (кібербулінг, онлайн-тролінг), протиправні загрози (реклама наркотиків, азартні ігри, залучення до злочинних мереж) та сексуальні небезпеки (секстинг, онлайн-розбещення, сексуальна експлуатація), що потребує постійної уваги, превентивних заходів та активної просвітницької роботи[7].

Ключові стратегії співпраці батьків і педагогічних працівників у забезпеченні психологічної безпеки дітей та молоді в інформаційному просторі передбачають:

- дистанційне консультування сімей здійснюється за допомогою безкоштовних програм, які забезпечують проведення консультацій у режимі реального часу, а також через спеціальний Інтернет-форум на сайті навчального закладу, що дозволяє спілкуватися з адміністрацією;
- групове консультування сімей за допомогою Інтернету (онлайн батьківські збори), під час якого обговорюються спільні організаційні та виховні питання, відбувається обмін досвідом, демонстрація та

презентація власних досягнень, спільний перегляд освітніх відео- та аудіоматеріалів з подальшим їх обговоренням тощо;

- проведення онлайн-опитувань сімей за допомогою спеціалізованих сервісів для виявлення актуальних проблем у вихованні дітей, запобігання насильству та Інтернет-ризикам для дітей і молоді, із подальшим залученням фахівців (педагогів, психологів, медиків тощо) на розсуд учасників;
- організація сімейних веб-квестів через Інтернет-ресурси, які пропонують учасникам пройти визначений маршрут і розв'язати задані проблемні ситуації.

Рекомендації для батьків щодо забезпечення безпечного перебування дітей в Інтернеті.

Інтернет став невід'ємною частиною нашого життя, подібно до телефону чи телебачення. Однак не всі батьки нашого навчального закладу усвідомлюють, наскільки важливу роль Інтернет відіграє в житті їхніх дітей. Важливо зрозуміти, що батьки несуть таку ж відповідальність за дії своїх дітей в онлайн-просторі, як і за їхню поведінку у реальному світі. Інакше діти можуть зіткнутися з цілком реальними негативними наслідками онлайн-спілкування[14].

7 простих правил для батьків:

1. Підвищуйте власну обізнаність у роботі з комп'ютером та Інтернетом.
2. Досліджуйте Інтернет разом із дитиною, роблячи це цікавим спільним заняттям.
3. Додайте дитину в друзі в соціальних мережах або попросіть про це когось із близьких родичів чи друзів.
4. Налаштуйте функцію «Батьківський контроль» на пристроях, які використовує дитина.
5. Регулярно оновлюйте антивірусні програми для захисту від кіберзагроз.

6. Створіть безпечне онлайн-середовище для дитини, обмеживши доступ до небажаних ресурсів.
7. Користуйтеся оновленими списками безпечних для дітей вебсайтів.

За статистикою:

- **78% українських дітей** віком від 6 років активно користуються Інтернетом;
- **24% батьків** не підозрюють, що їхні діти мають доступ до Інтернету через мобільні телефони;
- **9% батьків** не знають, що діти виходять в Інтернет, використовуючи їхні власні мобільні пристрої;
- **8% батьків** не здогадуються, що їхні діти відвідують Інтернет-клуби;
- **27% дітей** зізналися, що спілкувалися з незнайомцями онлайн, і третина з них продовжила контакт із цими особами;

Як безпечно користуватися Інтернетом дітям різного віку?

Діти віком до 7 років.

Корисні звички починають формуватися у дітей вже з перших кроків у світі Інтернету. Оскільки дошкільнята прагнуть дотримуватися правил, встановлених батьками, це не лише сприяє їхньому вихованню, але й допомагає розвивати базові навички роботи з цифровими технологіями.

Діти до 7 років часто не можуть повністю зрозуміти зміст інформації в Інтернеті і не завжди здатні відрізнити корисні дані від некорисних, наприклад, розпізнати рекламні матеріали серед фактичної інформації. Завдання батьків — допомогти дитині знайти відповідний контент і зробити перший досвід використання Інтернету безпечним. Також маленькі діти часто не розрізняють різницю між різними видами діяльності на комп'ютері, наприклад, між переглядом вебсайтів, іграми чи малюванням у графічних програмах[20].

Батькам важливо встановити чіткі правила користування комп'ютером для дітей віком до 7 років. Також необхідно обмежувати час, проведений за комп'ютером, щоб уникнути негативного впливу на здоров'я.

Рекомендується розміщувати комп'ютер у спільній кімнаті, наприклад, у вітальні, де перебувають усі члени сім'ї. Під час користування Інтернетом дошкільнятам бажано забезпечити нагляд дорослого, щоб допомогти їм взаємодіяти з безпечним і корисним контентом.

Діти віком від 7 до 9 років.

Діти молодшого шкільного віку активно користуються Інтернетом не лише вдома, але й у школі чи разом із друзями. У віці 7-9 років вони вже краще розуміють інформацію, яку сприймають, однак часто не вміють належним чином використовувати матеріали, доступні в Інтернеті (зображення, тексти чи звуки), якщо ті не відповідають їхньому віковому рівню.

Обговорення з дітьми різних ситуацій, які можуть виникнути під час користування Інтернетом, і пояснення потенційних ризиків допоможуть їм стати більш відповідальними та самостійними, забезпечуючи безпечну взаємодію з онлайн-ресурсами[21].

Батьки можуть підтримати дітей, ділячись своїм досвідом та думками щодо безпечного використання Інтернету. Крім того, важливо дозволяти дітям користуватися Інтернетом у присутності дорослих. Це забезпечить підтримку та допомогу у випадку виникнення будь-яких проблемних ситуацій.

Від 10 до 12 років.

Діти у віці 10-12 років все ще потребують батьківського нагляду та повинні дотримуватися встановлених правил користування Інтернетом. Однак, якщо діти відчують, що обмеження надто суворі або їхні потреби

залишаються без уваги, вони можуть намагатися порушувати правила та уникати контролю.

Батькам важливо обговорити з дітьми, що дозволено робити в Інтернеті, а що заборонено. Разом визначте, яку особисту інформацію можна публікувати в мережі, і поясніть ризики, пов'язані з розголошенням таких даних. Відкрите спілкування та узгодження правил допоможуть створити довіру та сприятимуть безпечній взаємодії дитини з Інтернетом.

Більшість дітей цікаві та допитливі, тому батькам слід особливо наголошувати таким дітям на необхідності безпечного та обережного користування Інтернетом. Інструменти комп'ютерної безпеки слід регулярно оновлювати.

Від 13 до 15 років.

Для дітей віком 13 – 15 років Інтернет став частиною життя. Вони знайомляться з новими людьми та проводять багато часу онлайн, шукаючи інформацію, яка стосується їхніх шкільних завдань чи інтересів.

Оскільки рівень грамотності зростає, це відкриває багато можливостей для використання Інтернету. Іноді батькам важко знати, що їхні діти роблять в Інтернеті. У цьому віці діти також ризикують і випробовують свої здібності – технологічні обмеження та заборони можуть бути неефективним способом підвищення безпеки в Інтернеті[23].

Діти віком від 13 до 15 років можуть дізнатися про те, що вони роблять в Інтернеті, особливо якщо батьки раніше не цікавилися тим, як їхні діти користуються Інтернетом. Тому важливе відкрите спілкування та інтерес батьків до того, що їхні діти роблять в Інтернеті.

Висновки до четвертого розділу

У сучасному цифровому світі ефективне виховання дітей і молоді залежить від тісної взаємодії освітніх і соціальних інститутів, зокрема

партнерства між педагогами та батьками. Ця співпраця спрямована на підготовку особистості до самореалізації в умовах цифрового суспільства, формування необхідних компетенцій і мінімізацію ризиків цифрового впливу. Глобальні зміни, викликані цифровізацією, вимагають переосмислення традиційних виховних підходів та впровадження інноваційних стратегій. Батьки та педагоги відіграють ключову роль у забезпеченні безпеки дітей в Інтернеті, виховуючи відповідальність, критичне мислення та цифрову грамотність.

Важливими напрямками є створення безпечного цифрового простору, обмін досвідом між педагогами та батьками, використання інноваційних методів консультування, підготовка дітей до динамічних змін і розвитку ключових компетенцій для життя в умовах глобалізації[30]. Спільні зусилля забезпечують формування зрілої, стійкої до маніпуляцій особистості, здатної адаптуватися до викликів цифрового суспільства та реалізовувати свої потенціали.

ВИСНОВКИ

Питання про те, чи можуть характеристики онлайн-активності людини служити надійним показником його психологічного благополуччя, є спірним.

На сьогоднішній час є дані про те, що частота перебування в глобальній мережі, а також зміст цифрового сліду користувача в значній мірі корелюють з показниками психологічного неблагополуччя (самотність, депресивність). У той же час існує взаємозалежність інтернет-активності і рівня психологічного

благополуччя. Так наприклад, суб'єктивне відчуття самотності може спонукати людину зануритись у віртуальний світ, а її захоплення віртуальним спілкуванням у свою чергу, може ще більше ускладнити спілкування в реальному світі[4].

Таким чином, на наших очах відбувається величезний процес інтеграції традиційної культури в цифровий простір, де звичайна культура втрачає частину своїх рис та формує нові[36].

Це не простий процес переходу до нової якості, а радикальний стрибок у розвитку, в якому використовуються високорозвинені інформаційні технології, які зрештою призводять до формування незалежно мислячої людини, озброєної сильними навичками в цифровій сфері.

По-перше, сьогодні Інтернет не є чимось нав'язуваним, і кожен користувач має свої причини для його відвідування. Звісно, ці причини можуть зникати з часом, але у користувачів також формуються певні індивідуальні звички. Тому, коли стимулів немає, модель поведінки може бути відкинута і забута. У цьому контексті доречно згадати про смартфони, які для більшості людей стали невід'ємною частиною життя, хоча з'явилися вони порівняно недавно, навіть у рамках історії Інтернету.

По-друге, обмеження використання цифрових технологій не є ефективним способом досягнення психологічного благополуччя. Необхідно враховувати, що сьогодні інформаційне середовище є частиною загального середовища, в якому живе і розвивається молодь. Тому головне завдання педагогів і психологів – не обмежити онлайн-активність учнів, а як розвинути в них навички цифрової грамотності, «інформаційної гігієни», та практики безпечної поведінки в інтернеті[27].

Отже, цифрова культура, яка включає не лише цифрові пристрої, технології роботи з ними, а й соціальні практики та системи відносин, що складаються в результаті їх використання, стала невід'ємною частиною сучасної світової культури. Тому процес соціалізації підростаючого покоління також передбачає кіберсоціалізацію як входження в цифрову культуру.

Основними напрямками кіберсоціалізації можна виділити:

- 1) розвиток та використання цифрових ресурсів;
- 2) вирішення проблем соціальної взаємодії та спілкування в кіберпросторі;
- 3) здійснення пошуку необхідної інформації в процесі навчання;
- 4) активне дозвілля та формування хобі.

Інтернет, пов'язані з ним засоби комунікації, технології надання та подання інформації стають одним із основних способів формування особистих уподобань, інтересів, ціннісних орієнтацій. Тому Інтернет і соціальні мережі є такими ж агентами соціалізації, як сім'я і школа.

Тому одним із актуальних завдань батьків та вчителів є допомогти дитині зрозуміти свої можливості та розкритися, використовуючи як традиційні методи, так і сучасні цифрові технології.

Інтернет-соціалізація молоді характеризується не лише тривалістю та інтенсивністю онлайн-активності, а й особливостями віртуальної комунікації. Для значної частини студентів соціальні мережі стають альтернативою реальному спілкуванню, де вони мають змогу конструювати бажаний образ себе та легко взаємодіяти з невідомими співрозмовниками, уникаючи безпосереднього контакту.

Соціальні мережі в сучасному суспільстві трансформувалися на потужний інструмент соціалізації молоді, який докорінно змінює традиційні моделі комунікації. Віртуальний простір надає унікальні можливості для самовираження, подолання комунікативних бар'єрів та задоволення потреб у швидкій і різноманітній взаємодії. Особливістю цього середовища є формування власної субкультури з нестандартними нормами та цінностями, що часто суперечать традиційним соціальним стандартам. Молодь отримує широкий простір для створення альтернативної віртуальної особистості, управління особистісним іміджем та миттєвого доступу до глобальної інформації. Водночас такі комунікативні можливості несуть потенційні ризики: розмивання культурної ідентичності, поверхневості міжособистісних зв'язків та

можливий конфлікт між мережевими й реальними соціальними цінностями. Віртуальний простір перетворюється не просто на додатковий канал спілкування, а на повноцінне середовище життєдіяльності, що суттєво впливає на світогляд, цінності та моделі поведінки молодого покоління.

Сучасна молодь, перебуваючи у віртуальному просторі, мінімізує реальне спілкування з різними віковими групами та навіть з однолітками. Інтернет-комунікація призводить до деформації міжособистісної взаємодії: емоції та почуття виражаються лише віртуально, що спричиняє втрату здатності до безпосереднього контакту. Дослідження показують, що інтернет-комунікація трансформує соціалізацію молоді, підмінюючи природну міжособистісну взаємодію віртуальними контактами. Соціальні мережі створюють ілюзію спілкування, але фактично руйнують здатність молодих людей до безпосереднього емоційного контакту, що критично важливо для повноцінного особистісного становлення[35].

Дослідження впливу інтернет-середовища на соціалізацію особистості демонструє складну динаміку взаємодії соціальних інститутів. Залежно від контексту, віртуальний простір може виступати як збалансований інструмент комунікації, що формує нові моделі соціальної взаємодії, або ж домінувати настільки, що спричиняє деформацію традиційних соціальних зв'язків. Ключова мета полягає в усвідомленій та керованій інтеграції інтернет-комунікацій, яка б доповнювала, а не замінювала традиційні соціалізаційні механізми, забезпечуючи особистісний розвиток без ризиків соціальної дезадаптації.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S., & Pallesen, S. The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: A longitudinal study. *Psychology of Addictive Behaviors*. 2015. Vol. 29, No. 3. P. 674–681.

2. Twenge, J. M., & Campbell, W. K. Associations between digital screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study. *Journal of Abnormal Psychology*. 2018. Vol. 127, No. 5. P. 425–438.
3. Sobaihy M. Mobile Technology Effects on Human Affairs. *International Journal of Engineering and Information Systems (IJEAIS)*. № 1. 2018. P. 110–125.
4. Андросович К. Соціальний розвиток особистості у суспільстві інформаційних технологій. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2023. № 1. С. 111–122.
5. Барановська І. В. Соціалізація молоді: сучасні виклики та шляхи розвитку. *Молодь і ринок*. 2017. № 3. С. 52–56.
6. Білецька І. О. Соціально-педагогічні чинники соціалізації студентської молоді : монографія. Київ : Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2017. 284 с.
7. Бочелюк В. Діджиталізація як фактор формування когнітивної сфери. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Психологія*. № 62. С. 81–107.
8. Буковська О.О. Просоціальна спрямованість та поведінка особистості. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка. Екологічна психологія*. 2019. № 47. С. 120–129.
9. Василенко І.В. Організація системи соціального виховання учнів. *Педагогіка і психологія*. 2006. № 2. С. 98-102.
10. Гарасимів Т. З. Особистість та проблеми її соціалізації. *Форум права*. 2009. №3. С. 156-161.
11. Герасимова І. П. Теоретичні основи соціалізації сучасної молоді в умовах глобалізації. *Вісник Львівського університету. Серія педагогічна*. 2018. № 34. С. 178–187.
12. Горбань Ю. І. Віртуальна комунікація молоді в соціальних мережах : монографія. Київ : Освіта, 2017. 312 с.

13. Гусєва Т. О. Соціалізація молоді в умовах сучасних змін: ключові аспекти. *Вісник соціальних наук*. 2016. № 6. С. 34–39.
14. Данилевич Н. М. Вплив соціальних медіа на соціалізацію підлітків : метод. рек. Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2020. 128 с.
15. Жосан Г. Стан розвитку діджиталізації в Україні. 2020. № 1. С. 44–52.
16. Киричок І.І. Вплив Інтернету на морально-духовні та соціальні цінності старшокласників. *Психолого-педагогічні науки*. 2015. № 3. С. 108–113.
17. Ковальчук М. І. Соціалізація як процес формування особистості у молодіжному середовищі. *Науковий вісник Чернівецького університету*. 2019. № 15. С. 45–50.
18. Коростіль Л. А. Покоління Z: пошук способів педагогічної взаємодії. *Народна освіта*. № 1. 2018. С. 82-88.
19. Кравець В.П. Історія гендерної педагогіки: *Навчальний посібник*. Тернопіль: Джура, 2015. 440 с.
20. Литвин, О. В. Психологічні аспекти соціалізації молоді в сучасному суспільстві. *Психологічна наука і освіта*. 2020. № 1. С. 14–20.
21. Литвиненко С. А. Психологічні особливості впливу відеоігор на підлітків : навч. посіб. Харків : ХНУ, 2018. 204 с.
22. Лукашевич М.П. Особливості соціалізації української молоді в сучасних умовах. *Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія*. 2019. № 4. С. 34–36.
23. Мазур Т.В. Соціально-психологічні аспекти самореалізації особистості в сучасних умовах. *Проблеми соціальної роботи: філософія, психологія*. 2016. № 1. С. 117–121.
24. Мельник В. П. Онлайн-спільноти як фактор соціалізації сучасної молоді : метод. рек. Львів : ЛНУ, 2019. 156 с.
25. Мельник, С. П. Роль соціальної активності у процесі соціалізації молоді. *Молодіжна наука*. 2022. № 2. С. 22–28
26. Мельник С. П. Соціалізація молоді в умовах цифрових трансформацій: фактори та наслідки. *Економіка та суспільство*. 2022. № 16. С. 77–84.

27. Немеш О.М. Віртуальна діяльність особистості: структура та динаміка психологічного змісту : монографія. Київ : Слово, 2017. 391 с.
28. Оленич С. Об'єктивні та суб'єктивні чинники становлення молоді в системі суспільних відносин сучасної України. *Вісник НТУУ «КПІ». Філософія. Психологія. Педагогіка : збірник наукових праць.* № 2. 2019. С. 113–117.
29. Павлов І. М. Сучасні етапи соціалізації молоді в Україні: соціально-психологічний аналіз. *Соціальна психологія.* 2021. № 4. С. 110–116.
30. Петренко О. Б. Соціалізація молоді в умовах інформаційного суспільства : монографія. Рівне : РДГУ, 2019. 342 с.
31. Петренко О. М. Трансформація комунікативних практик молоді в цифровому середовищі : монографія. Київ : Наукова думка, 2020. 278 с.
32. Петрунько О.В. Інтернет як технологія соціалізації дітей та молоді. *Педагогіка і психологія.* 2020. № 1. С. 85–95.
33. Пономарьова Г. Ф. Теоретичні і методичні засади професійної соціалізації майбутніх фахівців : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04. Харків, 2016. 456 с.
34. Постовий В.Г. Тенденції виховання дітей і молоді в сучасній українській сім'ї. *Соціальна робота в Україні: теорія і практика.* 2018. №3. С. 20-26.
35. Сидоренко Л. К. Вплив відеоігрової діяльності на формування особистості підлітків : дис. ... канд. психол. наук. Одеса, 2021. 245 с.
36. Сурякова М. В. Соціокультурні фактори соціалізації сучасної молоді : навч. посіб. Запоріжжя : ЗНУ, 2018. 210 с.
37. Литвиненко О. М. Цифрова трансформація суспільства: виклики та можливості : монографія. Київ : Наукова думка, 2018. 276 с.
38. Мельник С. В. Психологічні аспекти впливу цифрового середовища на особистість : навч. посіб. Харків : ХНУ, 2019. 198 с.
39. Петренко І. Г. Позитивні та негативні тренди цифрової соціалізації : метод. рек. Львів : ЛНУ, 2020. 164 с.

40. Сидоренко Л. П. Цифрова культура молоді: соціологічний вимір : монографія. Одеса : ОНУ, 2021. 232 с.
41. Горбань Ю. К. Трансформація комунікативних практик в цифровому просторі : дис. ... д-ра соціол. наук. Київ, 2022. 412 с.
42. Петренко І. М. Цифрова залежність: соціальні ризики та наслідки для молоді. *Соціальні науки та сучасність*. 2017. № 6. С. 34–39.
43. Барановська Т. П. Вплив цифрових технологій на соціалізацію та психічне здоров'я молоді. *Психологічна наука і практика*. 2018. № 3. С. 50–56.
44. Герасимова І. П., Сидоренко А. І. Цифрова залежність: причини, прояви та наслідки в соціальному середовищі. *Вісник соціальних наук*. 2019. № 8. С. 22–27.
45. Мельник О. В. Соціальні наслідки цифрової залежності в контексті сучасних соціальних змін. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2020. № 11. С. 65–71.
46. Литвин С. А. Психологічні та соціальні аспекти цифрової залежності. *Молодіжна наука*. 2021. № 4. С. 18–24.
47. Ковальчук Л. М. Цифрові технології та їх вплив на міжособистісні стосунки: соціальні наслідки. *Український соціологічний журнал*. 2022. № 3. С. 33–39.
48. Гусєва О. О. Наслідки цифрової залежності для соціальної адаптації молоді. *Науковий вісник Чернівецького університету*. 2016. Вип. 13. С. 51–57.