

Хмельницький національний університет  
Факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту  
Кафедра психології та педагогіки

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

Другий (магістерський) рівень вищої освіти  
Рівень вищої освіти

ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ ЯК  
МАЙБУТНЬОГО СІМ'ЯНИНА

Галузь знань - 05 Соціальні та поведінкові науки

Шифр і назва галузі знань

Спеціальність - 053 Психологія

Шифр і назва спеціальності

Шифр 241059

номер ІНП

Виконала: здобувачка II курсу, групи ППмз-24-1

  
Підпис

Вікторія ПОЛЮК  
Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Керівник: доктор філософії з психології, доцент

  
Підпис

Дарія КАРПОВА

Науковий ступінь, вчене звання

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

До захисту допускаю:

Зав. кафедри психології та педагогіки  
доктор психологічних наук, професор

  
Підпис

Таїсія КОМАР

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

  2025 р.

Хмельницький, 2025

## ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спортуКафедра психології та педагогікиОсвітній рівень другий (магістерський)Галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»Спеціальність 053 «Психологія»Освітня програма освітньо-професійна програма «Психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри психології та педагогіки

Таїсія КОМАР

протокол № 5 від 12 грудня 2024 р.

ЗАВДАННЯ  
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ

Вікторії ПОЛЮК

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ здобувача

1. Тема кваліфікаційної роботи: «Вплив соціальних мереж на розвиток особистості як майбутнього сім'янина»

Керівник кваліфікаційної роботи: Дарія КАРПОВА, доктор філософії з психології, доцент.

Затверджено наказом ректора університету від 25 серпня 2025 р. № 65

2. Строк подання здобувачем роботи на кафедру 01 грудня 2025 р.

- 3. Вихідні дані до роботи: матеріали звіту з переддипломної практики, комплекс методів та методик дослідження: тестування

(опитувальник ПЕА, тест-карта готовності до сімейного життя І. Юнди, методика «Діагностика шлюбного потенціалу особистості»

Є. Потапчука), опитування (авторська анкета «Соціальні мережі та готовність до сімейного життя»)

4. Зміст кваліфікаційної роботи (перелік питань, які потрібно

розробити): вступ, розділ 1 Теоретичний аналіз аспектів впливусоціальних мереж на особистість, теоретичні основи дослідження впливу соціальних мереж в науково-дослідній літературі; розділ 2Емпіричне дослідження впливу соціальних мереж на готовність молоді до сімейного життя; висновки; список використаних джерел; додатки.

5. Перелік графічного матеріалу (із зазначенням обов'язкових креслень)

рисунків, таблиці.

Кваліфікаційна робота включає 9 таблиць, 4 рисунки (структурні схеми, узагальнюючі таблиці, графічні моделі впливу соціальних мереж).

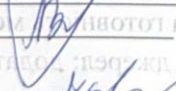
### 6. Консультанти розділів кваліфікаційної роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв

Дата видачі завдання 12 грудня 2024 р.

### КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів (розділів) кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапу роботи	Примітка
1	Вибір теми дослідження. Визначення об'єкта і предмета дослідження, постановка мети і завдань.	До 01 січня 2025 р.	виконано
2	Визначення теоретико-методологічних засад дослідження. З'ясування актуальності проблеми.	До 03 березня 2025 р.	виконано
3	Оформлення вступу кваліфікаційної роботи.	До 01 вересня 2025 р.	виконано
4	I розділ кваліфікаційної роботи.	До 10 вересня 2025 р.	виконано
5	II розділ кваліфікаційної роботи.	До 01 жовтня 2025 р.	виконано
6	Загальні висновки.	До 03 листопада 2025 р.	виконано
7	Оформлення кваліфікаційної роботи.	До 01 грудня 2025 р.	виконано
8	Попередній захист кваліфікаційної роботи.	18 жовтня 2025 р.	виконано
9	Захист кваліфікаційної роботи (відповідно графіку)	20 грудня 2025 р.	виконано

Здобувач  Вікторія ПОЛЮК

Керівник роботи  Дарія КАРПОВА

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

## АНОТАЦІЯ

Тема кваліфікаційної роботи: «ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ ЯК МАЙБУТНЬОГО СІМ'ЯНИНА»

Здобувач: Вікторія ПОЛЮК

Керівник: Дарія КАРПОВА, доктор філософії з психології, доцент.

Кваліфікаційна робота включає 68 сторінок, 9 таблиць, 4 рисунки, перелік джерел складає 52 найменування, 4 додатки.

Ключові слова: соціальні мережі, розвиток особистості, сімейні цінності, готовність до шлюбу, молодь.

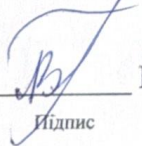
Об'єкт дослідження: процес особистісного розвитку молодої людини в умовах активного використання соціальних мереж.

Предмет дослідження: вплив соціальних мереж на розвиток особистості та формування готовності до сімейного життя.

За результатами дослідження розроблено узагальнену модель впливу соціальних мереж на готовність молоді до сімейного життя, а також визначено ключові чинники онлайн-активності, що сприяють або ускладнюють формування сімейних цінностей.

Одержані результати можуть бути використані в процесі підготовки психологів, педагогів, у діяльності центрів сімейного консультування, а також у профілактичних програмах щодо мінімізації негативного впливу соціальних мереж.

Дипломник



Вікторія ПОЛЮК

Підпис

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Дата подання кваліфікаційної роботи до захисту 1 грудня 2025 р.

## ЗМІСТ

ВСТУП .....	6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ОСОБИСТІТЬ .....	10
1.1. Поняття та види соціальних мереж .....	10
1.2. Соціальні мережі та розвиток особистості .....	15
1.3. Соціальні мережі та підготовка до сімейного життя .....	21
Висновок до розділу 1 .....	26
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА МАЙБУТНІХ СІМ'ЯНИН .....	29
2.1. Методика та організація дослідження .....	29
2.2. Аналіз впливу соціальних мереж на особистісний розвиток .....	32
2.3. Вплив соціальних мереж на формування сімейних цінностей та готовність до сімейного життя .....	46
Висновок до розділу 2 .....	50
ВИСНОВКИ .....	50
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ .....	54
ДОДАТКИ .....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>

## ВСТУП

**Актуальність теми.** У сучасному глобалізованому світі соціальні мережі стали однією з провідних сфер комунікації, яка охоплює всі вікові категорії, але найбільшою мірою впливає на молодь. Вони виконують функції соціалізації, надають можливості для обміну інформацією, самоідентифікації та формування соціального капіталу. Саме віртуальний простір дедалі частіше замінює традиційні форми міжособистісних контактів, визначаючи стилі поведінки, моделі спілкування й навіть життєві орієнтири особистості.

У підлітковому та юнацькому віці використання соціальних мереж стає провідним каналом засвоєння цінностей і норм, які раніше формувалися через сім'ю, школу чи безпосереднє соціальне оточення. Таким чином, соціальні медіа суттєво впливають на становлення особистості, створюючи як ресурси для розвитку, так і загрози, що пов'язані з викривленням уявлень про реальність, ідеалізацією певних моделей поведінки та зниженням критичного мислення.

Важливим аспектом є те, що соціальні мережі виступають не лише майданчиком для спілкування, а й чинником формування уявлень про романтичні стосунки, сімейні ролі та шлюбні цінності. Для молодої людини, яка перебуває на етапі пошуку життєвих орієнтирів, образи сімейного життя, представлені у віртуальному середовищі, можуть суттєво впливати на рівень готовності до шлюбу та розуміння подружніх обов'язків.

Негативний вплив соціальних мереж виявляється у появі залежності від онлайн-комунікацій, формуванні спотворених уявлень про сімейне життя, а також у поширенні явищ кібербулінгу, емоційного вигорання та зниження психологічного благополуччя. Водночас позитивним чинником є можливість отримання нових знань, прикладів конструктивної взаємодії в сім'ї, а також використання соціальних платформ для просвітницької діяльності та формування відповідальних життєвих орієнтацій.

Особливе значення ця тема має в контексті виховання молоді та підготовці до подружнього життя, адже саме в юнацькому віці формується система уявлень

про кохання, подружні ролі та відповідальність у шлюбі. Підготовка до сімейного життя передбачає розвиток не лише психологічної зрілості, а й уміння орієнтуватися в інформаційному просторі, критично оцінювати медіаконтент і протистояти деструктивному впливу соціальних мереж.

Науковці вже приділяли значну увагу цій проблематиці. Зокрема, О.Амплеєва та Д. Бехтольд досліджували вплив соціальних мереж на розвиток Я-концепції молоді; Ю. Асєєва акцентувала увагу на феномені кіберкомунікативної залежності; Л. Березовська розкрила взаємозв'язок соціальних мереж із психологічним благополуччям; О. Буковська, Т. Мазур та Л.Анищенко аналізували процес соціалізації молоді в онлайн-середовищі; А.Вовк і Є. Потапчук досліджували готовність особистості до шлюбу та вплив медіа на формування сімейних орієнтацій. Окремі аспекти проблеми розглянули також О. Гречановська, Т. Данилова, І. Гоян, А. Мгалоблішвілі, Е. Големб'ювська та інші вітчизняні науковці.

Отже, актуальність теми визначається поєднанням кількох чинників: стрімким поширенням соціальних мереж серед молоді, їхнім значним впливом на психоемоційний стан і систему цінностей, а також потребою суспільства у формуванні відповідальних майбутніх подружніх пар. Саме суперечливе поєднання позитивного та негативного впливу соціальних медіа й спонукало до вибору теми дослідження, яка має на меті з'ясувати, як саме віртуальне середовище впливає на становлення особистості та її готовність до сімейного життя.

**Мета дослідження.** Науково обґрунтувати та емпірично перевірити особливості впливу соціальних мереж на розвиток особистості та формування готовності до сімейного життя.

#### **Завдання дослідження**

1. Проаналізувати теоретичні підходи до вивчення соціальних мереж, їхніх видів та функцій.
2. Визначити психологічні аспекти впливу соціальних мереж на розвиток особистості та систему цінностей молоді.

3. Дослідити особливості впливу соціальних мереж на формування сімейних уявлень та готовності до подружнього життя.

4. Провести емпіричне дослідження та здійснити аналіз його результатів.

**Об'єкт дослідження.** Процес особистісного розвитку молоді людини в умовах активного використання соціальних мереж.

**Предмет дослідження.** Вплив соціальних мереж на розвиток особистості та формування готовності до сімейного життя.

Методи дослідження:

- Теоретичні методи: аналіз, синтез, узагальнення та систематизація наукових джерел; порівняльний аналіз підходів.
- Емпіричні методи: анкетування, тестування (опитувальник ПЕА, тест-карта готовності до сімейного життя І. Юнди, методика «Діагностика шлюбного потенціалу особистості» Є. Потапчука), опитування (авторська анкета «Соціальні мережі та готовність до сімейного життя»)
- Методи статистичної обробки даних: кількісний та якісний аналіз результатів.

**Гіпотеза дослідження.** Передбачається, що активне використання соціальних мереж суттєво впливає на розвиток особистісних характеристик та ціннісних орієнтацій молоді, а також може як сприяти, так і ускладнювати формування готовності до сімейного життя залежно від інтенсивності та змістового наповнення онлайн-комунікацій.

Наукова новизна роботи полягає у поглибленому розкритті сутності та специфіки впливу соціальних мереж на особистісний розвиток у процесі підготовки молоді до сімейного життя. У дослідженні уточнено, які саме чинники онлайн-взаємодії сприяють позитивному особистісному зростанню та формуванню конструктивних уявлень про шлюб і сім'ю, а які, навпаки, послаблюють цей процес. Особливу увагу приділено психологічним передумовам, що визначають здатність молоді людини критично сприймати контент соціальних мереж і формувати власні ціннісні орієнтації. Крім того, розроблено та обґрунтовано модель взаємозв'язку між інтенсивністю

використання соціальних мереж та рівнем готовності особистості до подружнього життя, що дозволяє комплексно оцінювати їхній вплив на процес становлення майбутнього сім'янина.

**Теоретичне значення.** Результати дослідження поглиблюють розуміння соціально-психологічних механізмів впливу соціальних мереж на становлення особистості та можуть стати основою для подальших наукових розвідок у галузі вікової, соціальної та сімейної психології.

**Практичне значення.** Висновки та рекомендації можуть бути використані у діяльності освітніх закладів, психологічних служб, центрів сімейного консультування для підготовки молоді до відповідального сімейного життя, а також у розробці профілактичних програм щодо зниження негативного впливу соціальних мереж.

**Структура роботи.** Магістерська робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг роботи становить 68 сторінок, у тому числі 9 таблиць, 4 рисунки та 4 додатки.

## РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ОСОБИСТІСТЬ

### 1.1. Поняття та види соціальних мереж

Соціальні мережі розглядаються як складний феномен цифрової комунікації, який суттєво впливає на формування особистості. Соціальні мережі є платформами для обміну інформацією, що одночасно формують Я-концепцію користувача і впливають на його соціальні навички. Надмірне використання соціальних мереж може призводити до кіберкомунікативної залежності, яка змінює механізми міжособистісного спілкування.

Л. Березовська підкреслює, що соціальні мережі можуть як підтримувати психологічне благополуччя, так і створювати фактори стресу, залежно від характеру взаємодії [4, с. 30]. В. Кравець зазначає, що соціальні мережі виконують функції соціалізації молоді, зокрема через моделювання взаємин та формування уявлень про майбутнє сімейне життя [28, с. 120]. За словами М. Ягіяєва, активність у соціальних мережах тісно пов'язана із задоволеністю особистих стосунків, що свідчить про їхній вплив на емоційне та соціальне функціонування [52]. У дослідженні Л. Вольнової та співавторів підкреслено, що різні платформи мають специфічні комунікативні стратегії, що відображаються на психічному здоров'ї молоді [12, с. 3].

Як вважає Л. Березовська, соціальні мережі можна визначити як інтегровані цифрові середовища, які об'єднують користувачів на основі спільних інтересів, цінностей та цілей комунікації [5, с. 28]. Вона підкреслює, що соціальні мережі не обмежуються лише обміном інформацією, а створюють умови для розвитку міжособистісних зв'язків та формування соціальної ідентичності. На думку Л. Березовської, активність у таких середовищах впливає на психологічний стан користувачів, їх самооцінку та соціальну адаптацію. Соціальні мережі можуть виконувати як позитивні функції, так і стати джерелом стресу, залежно від характеру взаємодії. У дослідженні зазначається, що мережі

формують ціннісні орієнтації та моделюють поведінкові стратегії молоді. Авторка вважає, що соціальні мережі стають платформою для реалізації психологічного потенціалу та самовираження. Вона також наголошує на значенні інтеграції освітніх і розважальних функцій у мережах для підтримки гармонійного розвитку особистості. Таким чином, соціальні мережі слугують складним інструментом соціалізації та психологічної підтримки [5, с. 28].

У своєму дослідженні І. Гаркуша та В. Кайко виділяють мотиви користування соціальними мережами, серед яких інформаційна, розважальна та соціальна функції займають провідне місце [13]. На думку авторів, ці мотиви визначають характер комунікації та спрямованість користувацької активності. І.Гаркуша та В. Кайко підкреслюють, що різні типи мереж відповідають різним потребам користувачів, формуючи специфічні моделі взаємодії. Соціальні мережі, як зазначають дослідники, виступають майданчиком для підтримки соціальних контактів і розвитку соціальних навичок. Вони вважають, що мотиваційні аспекти використання мереж безпосередньо впливають на психологічне благополуччя та рівень емоційного комфорту. На думку авторів, соціальні мережі стають простором самовираження та реалізації інтересів. Автори наголошують на необхідності врахування мотивів користувачів у психологічних та педагогічних дослідженнях. Таким чином, мотиви використання мереж визначають їхній потенційний вплив на розвиток особистості [13].

А. Рубан вважає, що соціальні мережі стають чинником формування ідентичності підлітків і молоді, що демонструє їхню значущість для процесу соціалізації [42, с. 215]. Він підкреслює, що через мережі молодь моделює власну соціальну роль та отримує зворотний зв'язок від однолітків. На думку А. Рубана, активність у соціальних мережах стимулює розвиток комунікативних та емоційних навичок. Автор зазначає, що мережі формують ціннісні орієнтації та впливають на моральні уявлення користувачів. Він вважає, що соціальні мережі є простором для самоствердження і формування особистісних якостей. А. Рубан підкреслює, що процес соціалізації у цифровому середовищі відбувається

паралельно з реальним соціальним середовищем. Автор відзначає, що позитивний вплив мереж залежить від цілеспрямованої та контрольованої активності. Таким чином, соціальні мережі виступають важливим фактором розвитку ідентичності молоді [42, с. 215].

Як вважає В. Петенок соціальні мережі виступають новим видом цифрової комунікації, який трансформує традиційні моделі взаємодії [36, с. 300]. На думку автора, вони змінюють способи спілкування, підвищують швидкість обміну інформацією та створюють нові соціальні ролі. В. Петенок вважає, що мережі формують специфічні правила взаємодії, що відрізняються від офлайн-комунікації. Він зазначає, що цифрові платформи сприяють розвитку колективної самоорганізації та кооперації. Автор підкреслює, що вплив мереж проявляється у психологічній та соціальній площині одночасно. В. Петенок вважає, що соціальні мережі стимулюють когнітивну активність та підвищують рівень інформаційної компетентності. Він також наголошує на ризиках надмірної залежності та зниження якості міжособистісного спілкування. Таким чином, соціальні мережі є інноваційним середовищем цифрової комунікації [36, с. 300].

В. Кравчук визначає соціальні мережі як платформи для обміну інформацією, спілкування та професійного розвитку [29, с. 176]. Він підкреслює, що такі платформи забезпечують комунікативні та освітні можливості для користувачів різного віку. На думку В. Кравчука, мережі дозволяють створювати колективи за інтересами та професійними компетенціями. Автор зазначає, що через мережі формується цифрова грамотність та навички співпраці. В. Кравчук вважає, що платформи сприяють розвитку соціальної активності та міжособистісної взаємодії. Він наголошує на важливості класифікації мереж для оцінки їхнього впливу на користувачів. Автор зазначає, що різні види мереж відрізняються функціональністю та орієнтацією на різні потреби. Таким чином, соціальні мережі є багатофункціональним інструментом цифрової комунікації [29, с. 176].

А. Турчин виділяє різні типи мереж: загальні соціальні платформи, професійні, освітні та тематичні [47, с. 206]. На думку автора, класифікація дозволяє визначити специфіку впливу мереж на психологічний стан та соціальну поведінку користувачів. Турчин підкреслює, що загальні платформи сприяють масовому спілкуванню та розвитку соціальної мережевої активності. Професійні мережі, на його думку, стимулюють розвиток компетенцій і професійної ідентичності. Автор зазначає, що освітні платформи допомагають у формуванні навчальних та когнітивних навичок. А. Турчин наголошує на важливості тематичних мереж для реалізації інтересів та хобі користувачів. Він вважає, що різні типи мереж по-різному впливають на мотивацію та самооцінку молоді. Таким чином, класифікація мереж допомагає передбачити їхній психологічний ефект [47, с. 206].

Ю. Чалабієва додає ще один критерій класифікації – способи взаємодії: відкриті та закриті мережі, що впливає на рівень приватності та безпеки користувачів [50, с. 126]. Вона вважає, що відкриті мережі забезпечують ширший доступ до інформації та комунікації, але створюють ризики порушення конфіденційності. Закриті платформи, на думку Ю. Чалабієвої, підвищують рівень контролю за контентом та безпеку особистих даних. Автор підкреслює, що різні формати взаємодії визначають соціальну поведінку користувачів і рівень їхньої психологічної комфортності. Ю. Чалабієва зазначає, що користувачі закритих мереж частіше проявляють довіру та готовність до глибинного спілкування. Вона вважає, що вибір типу мережі визначає стиль комунікації та характер соціальних зв'язків. Автор наголошує на необхідності врахування цих факторів у психологічних дослідженнях. Таким чином, спосіб взаємодії визначає як соціальні, так і емоційні ефекти використання мереж [50, с. 126].

О. Буковська, Т. Мазур та Л. Анищенко зазначають, що соціальні мережі поділяються також за демографічними групами користувачів та характером комунікативного контенту [6, с. 49]. Вони підкреслюють, що вікові та соціальні особливості визначають тип споживаного контенту та характер взаємодії.

Автори вважають, що молодь активніше використовує розважальні та соціальні функції мереж, тоді як дорослі частіше звертаються до професійних та освітніх платформ. На їхню думку, контент впливає на психологічний стан та рівень задоволеності користувачів. Автори підкреслюють, що різні групи користувачів потребують різних стратегій психологічної підтримки. Вони зазначають, що демографічні особливості формують відмінності у соціальній поведінці та емоційних реакціях. Таким чином, класифікація за демографічними ознаками дозволяє точніше оцінювати вплив мереж на особистість [6, с. 49].

На основі вищезазначеного доцільно представити узагальнену інформацію у вигляді таблиці, де подані ключові визначення та класифікації соціальних мереж за різними авторськими підходами. (Таблиця 1.1.)

Таблиця 1.1.

## Поняття та види соціальних мереж

Автори	Визначення/опис соціальних мереж	Класифікація/види	Основні функції
О. Амплеєва, Д. Бехтольд	Платформи для обміну інформацією, формування Я-концепції	Соціальні, професійні, освітні	Соціалізація, розвиток особистості
Ю. Асєєва	Цифрове середовище для комунікації, ризик залежності	Соціальні мережі з відкритим доступом	Міжособистісне спілкування, кіберзалежність
Л. Березовська	Інтегровані цифрові середовища	Загальні та тематичні	Психологічне благополуччя, стрес-фактори

В. Кравець	Платформи соціалізації молоді	Соціальні, освітні, професійні	Формування уявлень про сімейне життя
А. Вовк, Є. Потапчук	Інструмент розвитку міжособистісних навичок	Розважальні та навчальні	Підготовка до сімейного життя

У наукових працях сучасних дослідників соціальні мережі розглядаються як багатовимірне явище, що поєднує комунікативну, психологічну та соціокультурну функції. Соціальні мережі формують Я-концепцію, моделюють поведінку та впливають на готовність до майбутніх міжособистісних стосунків. Узагальнена класифікація платформ дозволяє оцінювати позитивні та негативні наслідки їх використання та створює підґрунтя для подальших досліджень у психологічній та соціальній сферах.

## 1.2. Соціальні мережі та розвиток особистості

Соціальні мережі вже давно стали невід'ємною частиною життя сучасної молоді та підлітків. Вони виконують роль не лише комунікативного середовища, але й платформи для самовираження, навчання та розвитку соціальних навичок. Дослідження останніх років демонструють, що активність у цифрових просторах безпосередньо впливає на формування особистості, соціальні установки та психологічне благополуччя [2, с. 11]. Сучасні соціальні платформи дозволяють реалізовувати мотиваційні та пізнавальні потреби, водночас створюючи потенційні ризики психологічного навантаження [3, с. 152]. Важливо підкреслити, що ефект використання мереж залежить від характеру активності, віку та соціальних особливостей користувачів [5, с. 48]. Тема впливу соціальних мереж на розвиток особистості є актуальною як для психології, так і для

педагогіки та соціальної роботи [18, с. 118]. У науковій літературі підкреслюється багатовимірність цього впливу, що включає емоційні, соціальні та когнітивні аспекти [12, с. 1]. Таким чином, дослідження цього явища дозволяє створити основу для методичних рекомендацій щодо безпечного та продуктивного використання соціальних мереж.(Рис.1.1.)

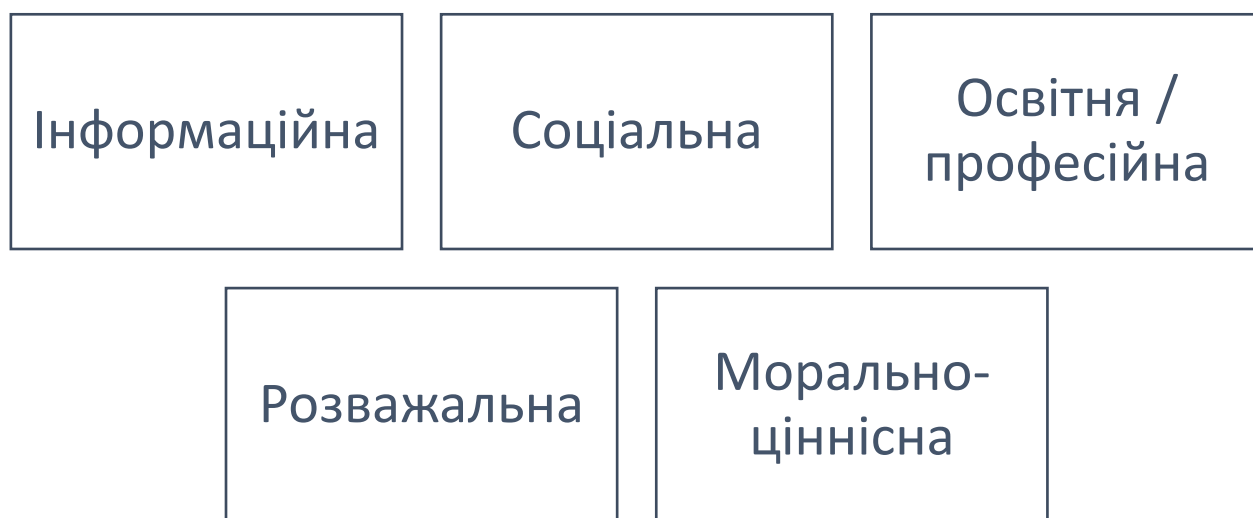


Рис.1.1. Функція соціальної мережі [2;3;5;12]

Соціальні мережі виконують багатофункціональну роль у житті молоді, забезпечуючи доступ до інформації, комунікації та самореалізації [4, с. 30]. Вони формують середовище для розвитку соціальних навичок, включаючи співпрацю, емпатію та критичне мислення [2, с. 12]. Активне користування соціальними мережами позитивно впливає на Я-концепцію молоді та формує відчуття власної соціальної цінності [2, с. 15]. Водночас надмірне або неконтрольоване використання може спричиняти стрес, тривожність та залежність [3, с. 153]. Соціальні платформи виступають середовищем для моделювання міжособистісних відносин та соціальної ідентичності [42, с. 213]. Вони також дозволяють отримувати зворотний зв'язок, що підвищує самооцінку та впевненість у власних можливостях [19, с. 115]. Соціальні мережі надають інструменти для реалізації творчого потенціалу, зокрема через мультимедійний контент та блоги [1]. Таким чином, цифрові середовища формують як когнітивні, так і емоційні аспекти розвитку особистості.

Одним із ключових аспектів впливу мереж є формування соціальної ідентичності та ціннісних орієнтацій [42, с. 215]. Соціальні платформи дозволяють підліткам і молоді моделювати власні соціальні ролі та оцінювати реакцію оточення [4, с. 31]. Це сприяє розвитку комунікативних компетенцій та критичного осмислення власного досвіду [2, с. 18]. Водночас у мережах формуються норми поведінки та стандарти взаємодії, що впливають на психологічний розвиток [15, с. 55]. Активність у різних типах платформ (Instagram, TikTok, Facebook) забезпечує різні моделі соціальної взаємодії [1]. Соціальні мережі можуть стимулювати когнітивну активність та самоосвіту [19, с. 118]. Проте нерегульоване використання мереж пов'язане з ризиком кібербулінгу та психологічного дискомфорту [14, с. 27]. Таким чином, соціальні мережі є одночасно ресурсом розвитку та потенційним джерелом психологічного навантаження.

Вплив соціальних мереж на емоційний стан молоді проявляється через формування залежності від зворотного зв'язку та лайків. Надмірна увага до оцінки контенту іншими користувачами може знижувати самооцінку та стимулювати тривожність [12, с. 3]. Водночас контрольоване використання платформ сприяє розвитку емоційної компетентності та здатності до саморегуляції [4, с. 32]. Соціальні мережі також виконують функцію психологічної підтримки, надаючи можливість для соціального обміну та отримання підтримки [5, с. 49]. Використання тематичних і професійних мереж стимулює когнітивний розвиток та підвищує мотивацію до навчання [47, с. 206]. Активність у мережах може також підвищувати міжособистісну емпатію та соціальну чутливість [15, с. 54]. Таким чином, емоційний вплив соціальних мереж залежить від характеру та тривалості користування.

Соціальні мережі стимулюють розвиток міжособистісних навичок через створення віртуальних спільнот та груп за інтересами. Вони дозволяють молоді взаємодіяти з однолітками, розвивати комунікативні стратегії та уникати конфліктів [2, с. 16]. Платформи забезпечують можливість навчання соціальних ролей, оцінки поведінки та моделювання життєвих ситуацій. Соціальні мережі

створюють умови для практичного застосування моральних і ціннісних установок [10, с. 135]. Водночас негативні аспекти, такі як агресія та маніпуляції, вимагають виховних та психологічних заходів [14, с. 27]. Використання цифрових платформ дозволяє підвищувати адаптивність особистості та соціальну компетентність [19, с. 116]. Соціальні мережі також сприяють розвитку навичок самоорганізації та тайм-менеджменту [2, с. 17]. Таким чином, цифрові середовища є важливим інструментом формування соціально активної особистості.

На психологічне функціонування молоді впливає специфіка контенту та алгоритмів платформи. Соціальні мережі, що персоналізують контент, формують певні когнітивні та емоційні схеми сприйняття [1]. Позитивний контент сприяє розвитку соціальної активності та емоційного благополуччя. Негативний або агресивний контент може провокувати стресові реакції та формувати деструктивні моделі поведінки [15, с. 56]. Активна участь у тематичних та освітніх мережах стимулює розвиток пізнавальної активності та самоосвіти. Соціальні мережі забезпечують можливість формувати цифрову ідентичність та самовираження [42, с. 214]. Використання мереж для творчої діяльності підвищує мотивацію до особистісного розвитку. Таким чином, контент і алгоритми платформ є ключовими факторами впливу на розвиток особистості.

Соціальні мережі впливають на підготовку молоді до соціальних ролей, включно з майбутніми сімейними обов'язками. Через цифрові середовища молоді люди формують уявлення про партнерські стосунки та моральні цінності [11, с. 55]. Дослідження показують, що обговорення сімейних тем у мережах сприяє розвитку соціальної зрілості. Водночас неправильне моделювання відносин може провокувати формування стереотипів та психологічних бар'єрів [48, с. 35]. Психологи рекомендують інтегрувати виховні елементи у цифрову активність молоді. Соціальні мережі можуть стимулювати розвиток емпатії та відповідальності за власну поведінку [5, с. 49]. Вони також створюють умови для розвитку навичок критичного оцінювання інформації [2, с. 21]. Таким чином,

соціальні платформи виступають інструментом підготовки до соціально значущих ролей.

Особливу роль у розвитку особистості відіграє взаємодія у професійних та освітніх мережах. Такі платформи дозволяють формувати навички професійної комунікації та співпраці. Вони стимулюють саморозвиток та мотивацію до навчання [19, с. 117]. Соціальні мережі сприяють розвитку лідерських якостей та критичного мислення. Активність у таких середовищах дозволяє створювати професійні колективи та обмінюватися досвідом. Подібна взаємодія позитивно впливає на емоційне благополуччя та соціальну компетентність [12, с. 3]. Використання освітніх платформ формує у молоді цінність знань та уміння працювати у команді. Таким чином, освітні та професійні мережі є ефективним інструментом розвитку особистості.

Цифрові середовища впливають на формування навичок саморегуляції та управління часом [2, с. 21]. Планування онлайн-активності сприяє розвитку дисципліни та відповідальності. Соціальні мережі дозволяють навчитися контролювати емоційні реакції та адаптуватися до стресових ситуацій. Використання платформ для соціальної взаємодії стимулює розвиток гнучкості мислення та креативності [1]. Дослідження показують, що активність у цифрових середовищах підвищує здатність до прийняття рішень. Водночас надмірне залучення в мережі може провокувати відчуття перевантаженості та тривожності [3, с. 156]. Психологи рекомендують збалансоване використання платформ для оптимізації розвитку особистості [4, с. 33]. Таким чином, саморегуляція є важливим компонентом впливу соціальних мереж.

Соціальні мережі виконують роль середовища для розвитку критичного мислення та медіаграмотності. Користувачі навчаються оцінювати достовірність інформації та формувати власну позицію [2, с. 21]. Водночас алгоритмічні рекомендації можуть обмежувати кругозір та формувати когнітивні упередження [1]. Платформи стимулюють розвиток аналітичних навичок через дискусії та обговорення [15, с. 57]. Соціальні мережі дозволяють експериментувати з різними соціальними ролями та поведінковими моделями.

Це сприяє підвищенню соціальної адаптивності та гнучкості мислення [19, с. 119]. Користувачі вчатья балансувати між онлайн- та офлайн-діяльністю. Таким чином, цифрові середовища стають ефективним інструментом формування когнітивної компетентності.

Використання соціальних мереж формує комплексну картину розвитку особистості, поєднуючи когнітивні, емоційні та соціальні компоненти. Платформи дозволяють реалізувати потенціал самовираження, навчання та соціальної взаємодії [4, с. 34]. Дослідження показують, що активність у мережах підвищує самооцінку, соціальну компетентність та емоційний інтелект [19, с. 120]. Соціальні мережі також впливають на формування моральних та ціннісних установок молоді. Надмірне користування мережами може провокувати психологічні ризики, що вимагає контролю та виховних заходів [3, с. 157]. Водночас правильне використання платформ сприяє гармонійному розвитку особистості. Цифрові середовища стимулюють розвиток комунікативних навичок, критичного мислення та емпатії. Таким чином, соціальні мережі є комплексним фактором розвитку особистості сучасної молоді.

Для узагальнення ключових аспектів впливу соціальних мереж на розвиток особистості пропонується таблиця, у якій відображено основні функції платформ, типи активності та психологічні наслідки використання. Таблиця дозволяє наочно порівняти позитивні та негативні ефекти соціальних мереж на різні аспекти особистості. (Таблиця 1.2.)

Таблиця 1.2.

#### Ключові аспекти впливу соціальних мереж на розвиток особистості

Функція	Тип активності	Позитив	Негатив
Інформаційна	Перегляд та обговорення контенту	Розвиток критичного мислення, пізнавальна активність	Когнітивні упередження, перевантаження

Соціальна	Взаємодія з друзями та групами	Розвиток емпатії, соціальної компетентності	Тривожність, кібербулінг
Освітня / професійна	Навчання, обмін досвідом	Професійна компетентність, критичне мислення	Перевантаження інформацією
Розважальна	Ігри, творчі платформи	Творчий розвиток, самовираження	Залежність, емоційне вигорання
Морально-ціннісна	Обговорення цінностей, сімейних тем	Формування моральних та соціальних установок	Створення стереотипів

Соціальні мережі є багатофункціональним інструментом розвитку особистості сучасної молоді. Вони впливають на когнітивні, емоційні та соціальні аспекти розвитку, формуючи Я-концепцію, комунікативні навички та соціальну компетентність. Активність у різних типах платформ сприяє розвитку критичного мислення, емпатії та творчого потенціалу. Професійні та освітні мережі стимулюють саморозвиток, соціальну адаптацію та підготовку до майбутніх соціальних ролей. Надмірне або неконтрольоване користування може спричиняти стрес, тривожність та психологічну залежність.

### **1.3. Соціальні мережі та підготовка до сімейного життя**

Сучасні соціальні мережі займають центральне місце в житті молоді, формуючи їхні комунікативні та соціальні навички, а також впливаючи на підготовку до майбутнього сімейного життя. Вони дозволяють користувачам моделювати уявлення про сім'ю, кохання та партнерські стосунки через

спостереження за прикладами інших користувачів [2, с. 15]. Особливу роль у цьому процесі відіграє візуальний контент, який формує емоційне сприйняття сімейних цінностей [1]. Дослідження показують, що надмірне захоплення соціальними мережами може знижувати реальну готовність до партнерства. При цьому позитивні приклади взаємодії в мережах сприяють розвитку навичок спілкування та емоційної підтримки. Молодь, яка активно аналізує свій досвід онлайн, легше формує усвідомлене ставлення до сімейних ролей [19, с. 115]. Однак важливо враховувати індивідуальні психологічні особливості та рівень саморегуляції користувачів.

Соціальні мережі надають широкі можливості для самовираження, що безпосередньо впливає на формування Я-концепції молоді. Активність у таких платформах стимулює розвиток соціальної компетентності та навичок міжособистісного спілкування. Через публікації та коментарі користувачі моделюють очікування щодо майбутніх партнерських відносин [42, с. 215]. Водночас, надмірне залучення до віртуальної взаємодії може призводити до кіберкомунікативної залежності, що негативно впливає на реальну підготовку до сімейного життя. Важливо враховувати, що спостереження за стосунками інших в мережах формує у молоді ідеалізовані образи партнерства [15, с. 52]. Сучасні дослідження підтверджують, що контрольований підхід до користування мережами сприяє формуванню здорової Я-концепції та соціальної зрілості [20, с. 62]. Таким чином, соціальні мережі є інструментом розвитку, якщо їх використання відбувається свідомо та структуровано.

Психологічна готовність до сімейного життя у значній мірі залежить від способів комунікації, які молодь освоює в соціальних мережах [48, с. 35]. Віртуальні платформи дозволяють моделювати конфліктні та партнерські ситуації, тренуючи навички вирішення проблем у стосунках [13, с. 5]. Активна участь у тематичних групах та спільнотах сприяє формуванню уявлень про майбутні сімейні ролі. Однак надмірне залучення до онлайн-взаємодії може заміщувати реальний соціальний досвід, що знижує готовність до реальних стосунків [34, с. 7]. Використання соціальних мереж у навчальному та виховному

процесі допомагає збалансувати цей вплив, створюючи навчальні ситуації для розвитку емоційної компетентності [9, с. 2]. Важливим аспектом є також критичне мислення при сприйнятті контенту про сімейне життя. Тому соціальні мережі виступають одночасно як ресурс і потенційний ризик для формування готовності до шлюбу.

Соціальні мережі формують у молоді уявлення про любов та партнерство через відображення соціальних норм та очікувань [21]. Візуальні та текстові матеріали стимулюють розвиток емоційної чутливості, що є важливою складовою сімейної готовності [8, с. 82]. Психологи наголошують, що спостереження за взаємодією інших пар може формувати як позитивні, так і негативні установки щодо власних стосунків [30]. Молодь моделює поведінку, спираючись на успішні приклади комунікації, що сприяє розвитку соціальних навичок [5, с. 49]. Водночас онлайн-ілюзії про легкість побудови стосунків можуть викликати розчарування при переході у реальний світ [46]. Важливо навчати користувачів критично оцінювати контент та співвідносити його з власним досвідом [7, с. 150]. Таким чином, соціальні мережі виступають платформою для психологічного моделювання майбутніх сімейних відносин.

З огляду на сучасні тенденції, значна частина молоді використовує соціальні мережі для пошуку потенційних партнерів [1]. Це створює додатковий вимір соціальної взаємодії, який впливає на формування очікувань від шлюбу [26]. Онлайн-знайомства сприяють розвитку комунікативних навичок, проте часто викликають поверхневе сприйняття партнерських відносин [46]. Наукові дослідження показують, що молодь, яка активно користується соціальними мережами для пошуку кохання, має вищий рівень соціальної адаптації, але нижчу емоційну стабільність [12, с. 3]. Водночас такі платформи надають можливість оцінювати власні емоційні реакції та очікування. Ключовим є баланс між віртуальним досвідом і реальними соціальними контактами [48, с. 37].

Психологічний аспект впливу соціальних мереж на готовність до сімейного життя проявляється через саморефлексію та моделювання поведінки. Молодь використовує віртуальні платформи для експериментів у спілкуванні та

розвитку емпатії [33, с. 203]. Сучасні дослідження свідчать, що контрольований доступ до тематичного контенту стимулює позитивні установки щодо партнерства [20, с. 64]. Водночас надмірна залежність від мереж може викликати емоційні труднощі та занижену самооцінку. Позитивний ефект досягається через активне використання навчальних ресурсів і психологічних тестів, спрямованих на самопізнання [45]. Соціальні мережі також стимулюють розвиток навичок критичного мислення та аналізу інформації [22, с. 115]. Таким чином, психоемоційний вплив мереж є комплексним і потребує усвідомленого підходу.

Кіберкомунікативна залежність є одним із основних ризиків, що впливають на підготовку до сімейного життя. Вона характеризується надмірним використанням соціальних мереж на шкоду реальним соціальним контактам [34, с. 8]. Молодь з високим рівнем залежності демонструє труднощі у встановленні та підтриманні стосунків у реальному житті. Психологічні дослідження свідчать про необхідність моніторингу часу перебування в мережах та формування навичок саморегуляції [12, с. 4]. Водночас контрольована активність у тематичних групах дозволяє підтримувати соціальні зв'язки та формувати позитивні уявлення про сімейні цінності [5, с. 52]. Збалансований підхід до використання соціальних мереж сприяє розвитку відповідальності та готовності до шлюбу. Таким чином, ключовим є навчання молоді ефективному цифровому самообмеженню.

Для систематизації впливу соціальних мереж на підготовку молоді до сімейного життя доцільно представити дані у вигляді схеми. (Рис.1.2.)

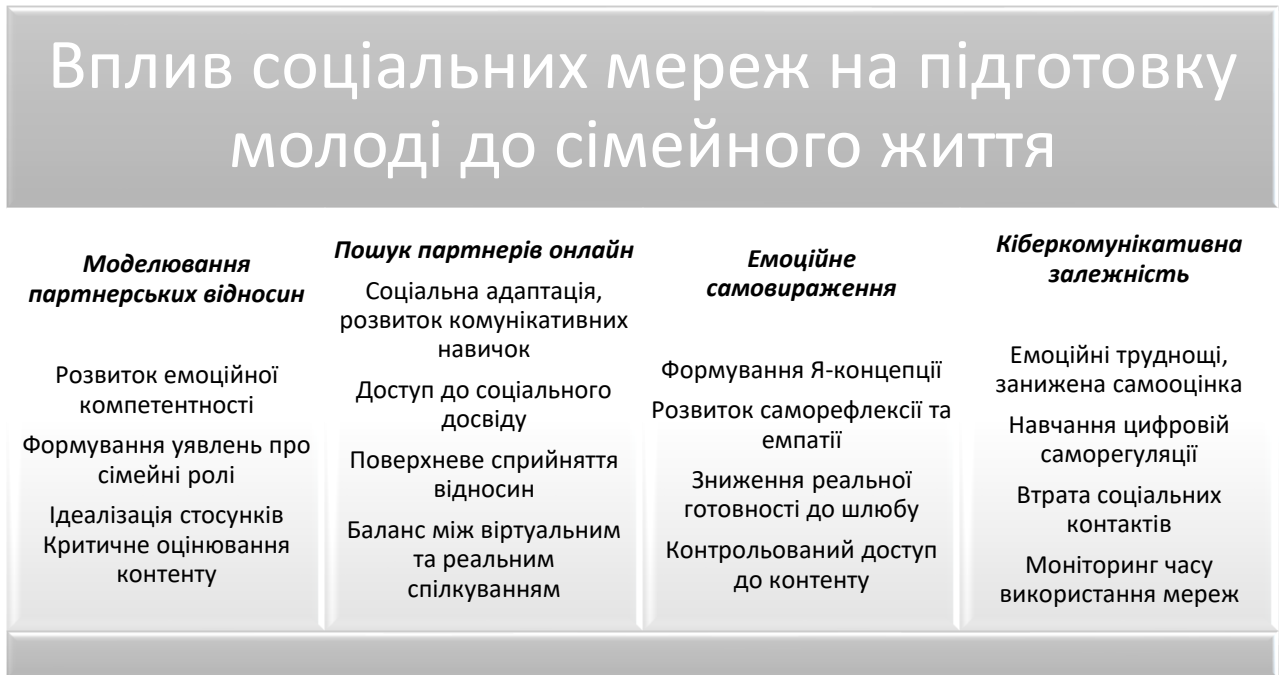


Рис.1.2. Вплив соціальних мереж на підготовку молоді до сімейного життя  
[5;7;8;12;22;26]

У ході аналізу було встановлено, що соціальні мережі відіграють важливу роль у формуванні у молоді навичок комунікації та соціальної компетентності, які безпосередньо впливають на готовність до сімейного життя. Вони дозволяють моделювати партнерські стосунки та формувати уявлення про любов і сімейні цінності. Водночас надмірне залучення до віртуальної взаємодії може призводити до кіберкомунікативної залежності та поверхневого сприйняття відносин. Позитивний вплив мереж проявляється через розвиток емоційної чутливості, саморефлексії та критичного мислення. Соціальні платформи створюють можливості для експериментів у спілкуванні та оцінки власних емоційних реакцій. Ключовим є баланс між онлайн-досвідом і реальними соціальними контактами, який забезпечує психологічну стабільність. Контрольована активність у тематичних групах сприяє формуванню усвідомленого ставлення до майбутніх сімейних ролей. Отже, соціальні мережі можуть виступати ефективним інструментом підготовки до сімейного життя за умови свідомого та збалансованого користування.

## Висновок до розділу 1

У цьому розділі було здійснено комплексний аналіз теоретичних аспектів впливу соціальних мереж на особистість, зокрема розглянуто їх сутність, класифікацію та основні види. Було визначено, що соціальні мережі виступають як спеціалізовані платформи для комунікації, обміну інформацією та формування соціальних зв'язків, що робить їх невід'ємною частиною сучасного життя молоді. Аналіз літературних джерел показав, що різні типи мереж, включаючи соціальні платформи, блоги та месенджери, виконують специфічні функції, що впливають на психологічний та соціальний розвиток користувачів. Крім того, було підкреслено, що знання про класифікацію мереж дозволяє більш ефективно використовувати їхній потенціал у навчанні, вихованні та соціалізації молоді.

Вивчення впливу соціальних мереж на розвиток особистості продемонструвало, що активне використання платформ сприяє формуванню комунікативних навичок, критичного мислення та Я-концепції. Соціальні мережі виконують роль тренувального майданчика для міжособистісної взаємодії, що дозволяє молоді моделювати поведінку у різних соціальних ситуаціях та розвивати емоційну компетентність. Водночас дослідження виявили ризики надмірної залежності та поверхневого сприйняття соціальних ролей, що може негативно впливати на психологічну зрілість та соціальну адаптацію.

У цьому розділі було детально розглянуто взаємозв'язок соціальних мереж та підготовки молоді до сімейного життя. Дослідження показали, що платформи формують уявлення про партнерські відносини, любов та сімейні цінності, що сприяє розвитку готовності до створення сім'ї. Молодь отримує можливість моделювати поведінку у різних ситуаціях, аналізувати власні емоційні реакції та формувати усвідомлене ставлення до партнерства. Водночас наголошується, що надмірне захоплення віртуальними комунікаціями може призводити до ідеалізації стосунків та заміщення реального соціального досвіду.

Було підкреслено, що соціальні мережі одночасно виконують функції ресурсу та потенційного ризику для особистісного розвитку. Розділ показав, що збалансоване використання платформ забезпечує розвиток емоційної чутливості, саморефлексії та критичного мислення, що є ключовими компонентами психологічної готовності до партнерських стосунків. Ефективне використання мереж передбачає контрольований доступ до контенту, участь у тематичних групах та активне використання навчальних ресурсів, що дозволяє знизити негативний вплив надмірної онлайн-активності.

Особлива увага у цьому розділі приділялася психологічним аспектам впливу соціальних мереж, зокрема формуванню Я-концепції та соціальної ідентичності. Було встановлено, що активна взаємодія у віртуальному середовищі сприяє розвитку самопізнання, оцінки власних цінностей та поведінкових стратегій у партнерських стосунках. Крім того, молодь отримує можливість оцінювати соціальні норми та практикувати навички міжособистісного спілкування в умовах безпечного середовища. Це підтверджує, що соціальні мережі можуть бути інструментом цілеспрямованого розвитку особистості.

Розділ також окреслив ризики та обмеження, пов'язані з використанням соціальних мереж, включаючи кіберкомунікативну залежність, емоційні труднощі та поверхнєве сприйняття соціальних ролей. Було наголошено на необхідності формування навичок саморегуляції та критичного ставлення до контенту. Використання психологічних методик та тестів для самопізнання дозволяє мінімізувати негативний вплив мереж і забезпечує більш усвідомлену соціалізацію молоді.

Підсумовуючи, розділ підтвердив, що соціальні мережі є важливим фактором формування сучасної особистості, впливають на розвиток комунікативних, емоційних та когнітивних компетентностей, а також сприяють підготовці до сімейного життя. Науковий аналіз засвідчив, що для ефективного використання потенціалу соціальних мереж необхідне свідоме та збалансоване користування платформами, контрольований доступ до контенту та інтеграція їх

у навчально-виховні процеси. Цей підхід дозволяє не лише розвивати особистість, а й формувати психологічну готовність до майбутніх соціальних та сімейних ролей.

## **РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА МАЙБУТНІХ СІМ'ЯНИН**

### **2.1. Методика та організація дослідження**

У цьому дослідженні було здійснено вивчення впливу соціальних мереж на становлення особистості молоді як майбутніх сім'янин. Дослідження проводилося на кафедрі психології та педагогіки Хмельницького національного університету у співпраці з Хмельницькою гуманітарно-педагогічною академією. Основна мета дослідження полягала у виявленні взаємозв'язку між рівнем активності молоді в соціальних мережах та сформованістю їхньої готовності до сімейного життя. Вибірка респондентів формувалася з урахуванням принципу репрезентативності, що дозволило забезпечити достовірність результатів. У процесі дослідження були використані як стандартизовані психодіагностичні методики, так і авторські інструменти збору даних. Отримані результати піддавалися кількісному та якісному аналізу із застосуванням методів статистичної обробки.

У дослідженні взяли участь 60 осіб віком від 18 до 25 років, які навчаються у Хмельницькому національному університеті та Хмельницькій гуманітарно-педагогічній академії. Більшість учасників активно користуються соціальними мережами щодня, що робить їхню участь у дослідженні особливо цінною для аналізу сучасних тенденцій поведінки молоді. Серед респондентів були як юнаки, так і дівчата, які перебувають у різних статусах стосунків – вільні, у стосунках та одружені. Такий розподіл дозволив простежити, як рівень активності в онлайн-середовищі впливає на ставлення до сім'ї залежно від життєвого досвіду. Перед початком роботи всі учасники були поінформовані про мету дослідження та надали добровільну згоду на участь. Опитування відбувалося анонімно, що сприяло щирості відповідей і підвищенню достовірності результатів.

Для досягнення мети дослідження було використано комплекс методик, які дозволяють виявити різні аспекти особистісного розвитку майбутніх сім'янинів. Зокрема, застосовувалися опитувальник ПЕА, тест-карта готовності до сімейного життя І. Юнди, методика «Діагностика шлюбного потенціалу особистості» Є. Потапчука, а також авторська анкета «Соціальні мережі та готовність до сімейного життя». Кожна з методик виконувала окрему функцію у структурі дослідження та дозволяла отримати як кількісні, так і якісні показники. Такий поєднаний підхід дав можливість охопити не лише зовнішні прояви поведінки в соціальних мережах, але й внутрішні установки щодо сімейних цінностей. Психодіагностичні методи підбиралися з урахуванням їхньої надійності, валідності та відповідності віковим особливостям респондентів. Особливе значення мало узгодження методик між собою для запобігання дублюванню вимірюваних параметрів. Застосування авторської анкети забезпечило глибше розуміння зв'язку між цифровою активністю та морально-психологічною готовністю до шлюбу.

Опитувальник ПЕА був використаний для визначення особливостей емоційно-ціннісної сфери респондентів. Цей інструмент дозволяє виявити ставлення до себе, до інших людей та до життєвих ситуацій, що має важливе значення для формування зрілої сімейної позиції. На основі отриманих результатів можна було оцінити рівень емоційної стабільності, відповідальності та здатності до співпереживання. Виявлення цих характеристик допомогло встановити, наскільки гармонійно особистість поєднує активність у соціальних мережах із реальним міжособистісним спілкуванням. Опитувальник застосовувався індивідуально, у письмовій формі, з подальшою інтерпретацією показників за ключовими шкалами. Обробка результатів проводилася з урахуванням вікових норм і гендерних відмінностей. Це дозволило сформуванню об'єктивну картину емоційної зрілості студентської молоді. (Додаток А)

Тест-карта готовності до сімейного життя І. Юнди була спрямована на визначення рівня сформованості когнітивного, емоційного та поведінкового компонентів готовності до шлюбу. Методика дозволяє оцінити усвідомлення

сімейних ролей, ціннісні орієнтації та здатність до відповідального прийняття рішень у стосунках. Вона складається з низки тверджень, які учасники оцінювали за шкалою від 1 до 5 балів. Отримані результати допомогли виявити, наскільки соціальні мережі впливають на сприйняття молоддю таких понять, як любов, вірність, партнерство та взаємоповага. Крім того, результати тесту дозволили визначити типові тенденції у формуванні сімейних установок. Особливо цікавим виявився порівняльний аналіз між респондентами з різним рівнем онлайн-активності. Це дало можливість виявити закономірності між цифровими звичками та особистісною зрілістю. (Додаток Б)

Методика «Діагностика шлюбного потенціалу особистості» Є. Потапчука була використана для оцінки внутрішніх ресурсів, необхідних для гармонійного сімейного життя. Вона допомагає визначити мотиваційно-ціннісний потенціал, емоційну стійкість, комунікативні здібності та готовність до компромісів. Застосування цієї методики дозволило з'ясувати, які саме якості найбільше корелюють із відповідальним використанням соціальних мереж. Адже здатність до емпатії, довіри та відкритості часто формується через онлайн-комунікацію і може переноситися у реальні стосунки. Методика проводилася у груповій формі з подальшим індивідуальним аналізом результатів. Інтерпретація здійснювалася за ключовими шкалами: «мотивація сімейного життя», «емоційна зрілість» та «ціннісна орієнтація». Отримані дані використовувалися для побудови профілю шлюбного потенціалу сучасної молоді. (Додаток В)

Авторська анкета «Соціальні мережі та готовність до сімейного життя» була розроблена спеціально для цього дослідження. Її метою стало виявлення особливостей використання соціальних мереж, мотивів онлайн-активності та їхнього зв'язку з уявленнями про сімейні цінності. Анкета містила десять запитань, які охоплювали різні аспекти цифрової поведінки: від частоти користування соціальними платформами до оцінки впливу контенту на ставлення до сім'ї. Особлива увага приділялася тому, як молоді люди сприймають ідеали стосунків, що формуються в онлайн-просторі. Відповіді респондентів дозволили простежити, чи сприяють соціальні мережі розвитку

відповідальності, турботи, взаємоповаги. Крім того, було виявлено, які платформи мають найбільший виховний потенціал у контексті формування майбутнього сім'янина. Анкета дала змогу поєднати кількісні та якісні показники в єдиній аналітичній системі. (Додаток В)

Організаційно дослідження відбувалося у кілька етапів. Першим був підготовчий, на якому визначалися мета, завдання, вибірка та методичний інструментарій. Другий етап передбачав безпосереднє проведення психодіагностичних процедур і анкетування студентів. На третьому етапі здійснювалася обробка, аналіз та інтерпретація результатів. Кожен етап супроводжувався контролем за дотриманням етичних вимог. Для фіксації даних використовувалися індивідуальні бланки та електронні форми опитувань. Після збору даних проводилося їхнє порівняння між підгрупами респондентів залежно від інтенсивності користування соціальними мережами. Такий підхід дав змогу сформуванню цілісного уявлення про характер впливу цифрового середовища на психологічну готовність до сімейного життя.

У процесі дослідження особлива увага приділялася дотриманню етичних норм. Кожен учасник мав право відмовитися від участі на будь-якому етапі без пояснення причин. Усі результати зберігалися конфіденційно, а при публікації використовувалися лише узагальнені дані. Важливою складовою дослідження стала відсутність оцінювання чи критики відповідей респондентів.

Для статистичної обробки результатів використовувалися методи описової статистики та порівняльного аналізу. Для інтерпретації результатів застосовувалися таблиці та графічні моделі. Отримані дані стали основою для подальшого узагальнення в розділі аналізу результатів. Водночас враховувалися індивідуальні відмінності, які проявилися в межах вибірки.

## **2.2. Аналіз впливу соціальних мереж на особистісний розвиток**

У сучасному суспільстві соціальні мережі відіграють важливу роль у формуванні цінностей, уявлень про міжособистісні стосунки та готовності

молоді до сімейного життя. Вони не лише слугують засобом комунікації, розваг та самовираження, а й стають платформою, через яку молоді люди набувають уявлення про роль партнерів у сім'ї, соціальні норми та поведінкові моделі взаємодії. Під впливом контенту, що транслюється у мережах, формуються очікування щодо емоційної близькості, гармонійних стосунків або потенційних конфліктів, що, у свою чергу, може впливати на реальні взаємодії у парах та на готовність до шлюбу.

Для цього було застосовано комплекс психологічних та соціологічних методик: опитувальник ПЕА-А (розуміння, емоційне тяжіння, авторитетність), тест-карту готовності до сімейного життя І. Юнди, методику «Діагностика шлюбного потенціалу особистості» Є. Потапчука, а також спеціально розроблена авторська анкета «Соціальні мережі та готовність до сімейного життя».

Розглянемо аналіз результатів кожної методики окремо, що дозволяє простежити закономірності у формуванні соціально-емоційних компетенцій, готовності до партнерства та усвідомлення ролей у сім'ї. Особлива увага приділялася виявленню взаємозв'язку між інтенсивністю використання соціальних мереж та рівнем розвитку соціально-емоційних характеристик, поведінкових навичок та шлюбного потенціалу молоді.

Таблиця 2.1.

## Результати за опитувальником ПЕА-А

Група респондентів	Кількість осіб	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень	Середній бал за шкалою (із 150)
Вільні	20	4	11	5	102,4
У стосунках	25	14	9	2	124,6
Одружені	15	11	4	0	132,8
Разом	60	29	24	7	120,0

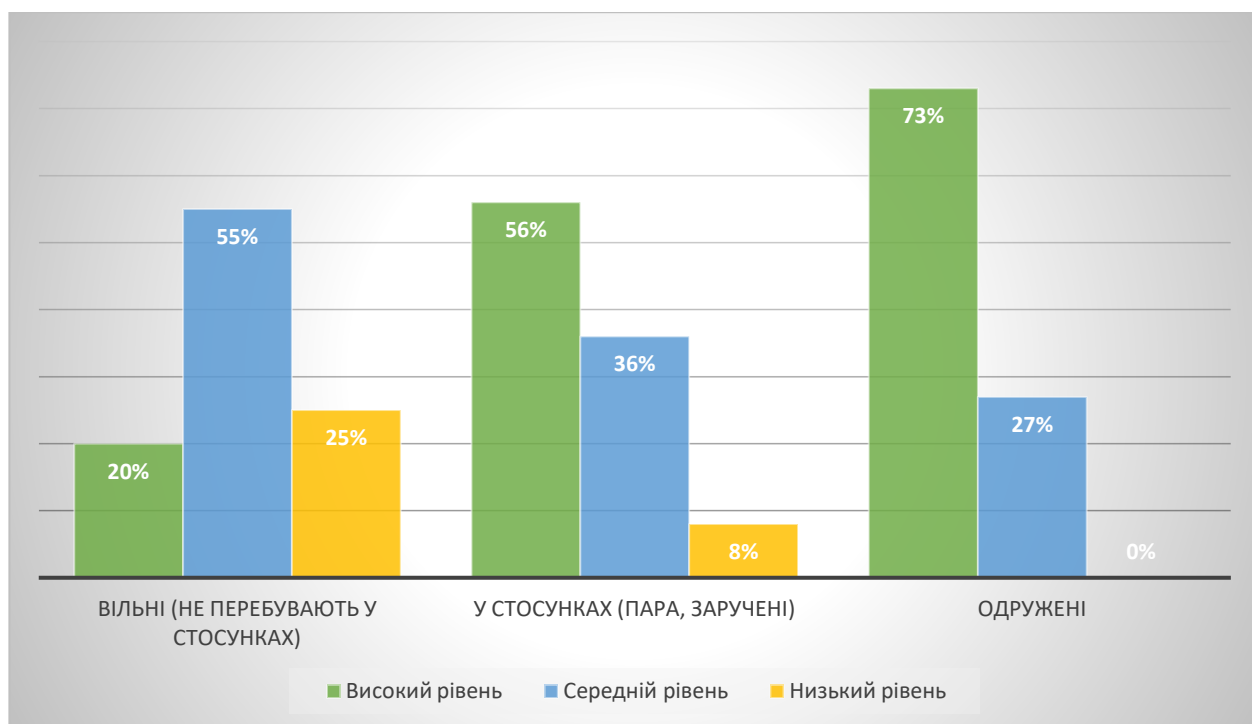


Рис.2.1. Результати за опитувальником ПЕА-А

Серед респондентів, які не перебувають у стосунках, виявлено переважання середнього рівня розвитку соціально-емоційних характеристик (55%), що свідчить про наявність базових комунікативних навичок, але недостатню глибину емоційного включення у взаємини. 20% мають високий рівень – це респонденти з вираженою емпатією, готовністю до партнерського діалогу, відкритістю до сприйняття почуттів інших. Проте 25% продемонстрували низький рівень, що може вказувати на труднощі у встановленні довірливих контактів, невпевненість у власній емоційній виразності або обережність у міжособистісних зв'язках. Найнижчі показники зафіксовано саме за шкалою «Емоційне тяжіння», що можна пояснити відсутністю сталого партнера та недостатньою практикою емоційної взаємності у реальному спілкуванні.

Респонденти, які перебувають у стосунках показали суттєво вищі результати: 56% мають високий рівень, 36% – середній, і лише 8% – низький. Це свідчить, що більшість молодих людей, які вже мають емоційно значущі

стосунки, демонструють добре розвинені навички співпереживання, здатність підтримувати, розуміти партнера та шукати компроміс.

Особливо високі середні бали зафіксовано у шкалах «Емоційне тяжіння» та «Авторитетність», що означає орієнтацію на партнерські взаємини, повагу до думки іншого та бажання підтримувати емоційний контакт. Водночас у частини респондентів (приблизно третина) спостерігається нестабільність емоційного контролю, що може проявлятися у ревношах, залежності від оцінки партнера чи трудношах у розв'язанні конфліктів. Це типовий прояв для юнацького віку, коли формується модель «дорослого» кохання.

У групі одружених респондентів зафіксовано найвищі результати: 73% мають високий рівень соціально-емоційного розвитку, 27% – середній, і жодного респондента з низьким рівнем. Середній бал (132,8 із 150) свідчить про сформованість емоційної зрілості, стабільності почуттів і здатності до взаємної підтримки.

Найбільш розвиненою є шкала «Авторитетність», що відображає вміння визнавати рівність у шлюбі, повагу до партнера, готовність до компромісу та співпраці. Високі показники також зафіксовано за шкалою «Розуміння» – це свідчить про глибоке усвідомлення потреб і переживань іншої людини, що формується на основі тривалої спільної взаємодії. Жоден учасник не продемонстрував низьких показників, що підтверджує позитивний вплив стабільних сімейних стосунків на розвиток емпатії та комунікативної компетентності.

Порівняння середніх балів демонструє чітку тенденцію: із зростанням досвіду емоційних і партнерських взаємин підвищується рівень соціально-емоційної зрілості. Вільні респонденти мають нижчий показник (102,4), що може бути пов'язано з відсутністю стабільного об'єкта емоційної прив'язаності. Респонденти, які перебувають у стосунках, уже демонструють більш збалансований рівень (124,6), а найвищий – у одружених (132,8).

Ця закономірність підтверджує, що досвід тривалих, відповідальних взаємин сприяє розвитку емпатії, вміння розуміти іншого та приймати спільні рішення.

Найвищі середні показники спостерігаються за шкалою «Авторитетність» (середнє значення – 43,7 бала), що свідчить про загальну орієнтацію молоді на рівноправність у стосунках. Дещо нижчими є бали за шкалою «Розуміння» (39,5 бала) – респонденти вміють співпереживати, але іноді не вміють виражати емоції відкрито. Найнижчі – за шкалою «Емоційне тяжіння» (37,8 бала), що може пояснюватися тим, що частина опитаних спілкується переважно через соціальні мережі, де емоційна глибина часто знижується через дистанційність комунікації.

Результати опитувальника ПЕА-А засвідчили, що високий рівень соціально-емоційної зрілості прямо корелює з досвідом реальних міжособистісних взаємин. Особи, які мають стабільні романтичні або сімейні стосунки, краще розуміють емоції партнера, схильні до компромісу й підтримки, що є важливою складовою готовності до шлюбного життя. Отже, можна зробити висновок, що соціальні навички, емпатія та авторитетність у спілкуванні є важливими психологічними передумовами успішного функціонування подружніх відносин. Отримані результати підтверджують необхідність розвитку емоційної компетентності молоді в освітньому процесі, особливо у контексті підготовки до майбутнього сімейного життя.

Таблиця 2.2.

Рівні готовності до сімейного життя серед респондентів

Група респондентів	Кількість учасників	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень	Середній загальний бал
Вільні	20	4	11	5	3,45
У стосунках	25	12	11	2	3,98
Одружені	15	10	5	0	4,35
Усього	60	26	27	7	3,93

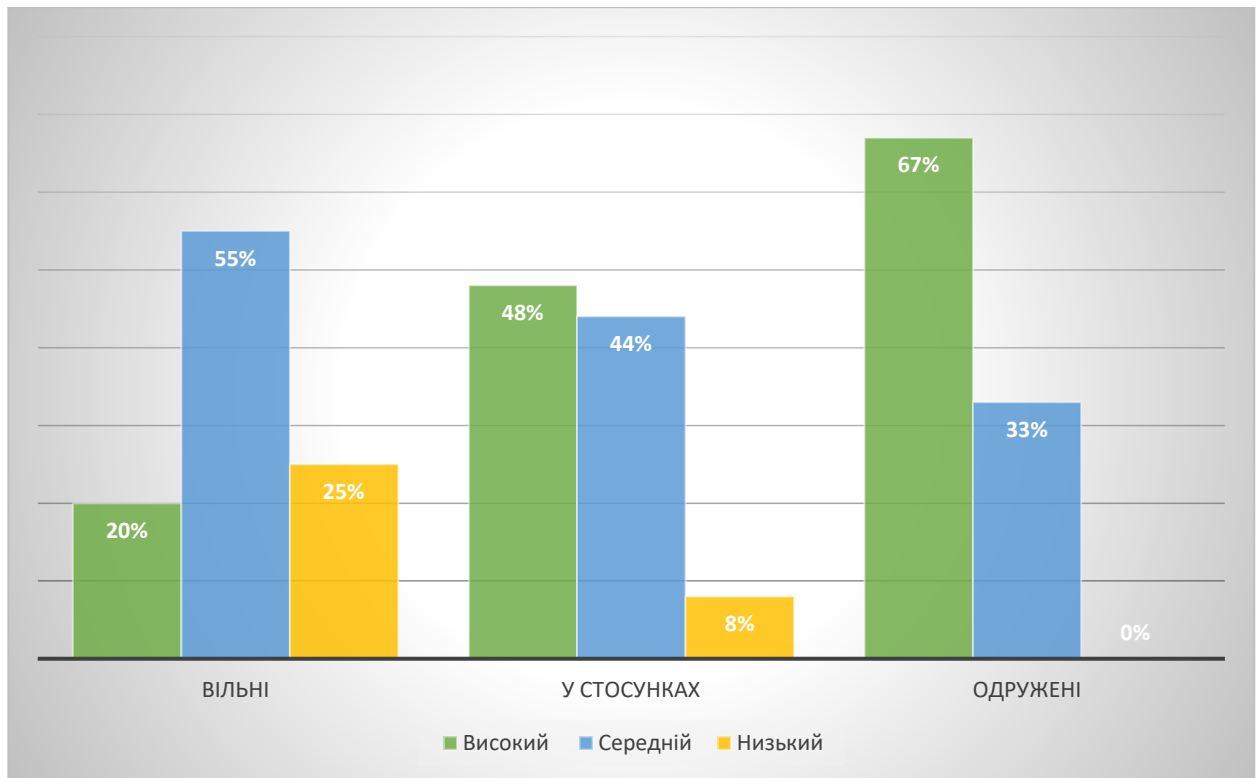


Рис.2.2. Рівні готовності до сімейного життя серед респондентів

Серед респондентів, які наразі не перебувають у стосунках, переважає середній рівень готовності до сімейного життя (55%), що свідчить про наявність загальних позитивних уявлень про шлюб, але недостатній практичний досвід побудови партнерських відносин. Лише 20% опитаних продемонстрували високий рівень готовності, що пов'язано з більшою емоційною стабільністю та сформованими цінностями відповідальності. У 25% учасників зафіксовано низький рівень – вони схильні ідеалізувати стосунки, сприймати шлюб переважно через призму почуттів, недооцінюючи аспект зобов'язань. Найнижчі показники спостерігалися за поведінковим компонентом, де молоді люди часто визнавали труднощі з компромісом та самоконтролем у конфліктних ситуаціях. Це природно для періоду юнацької самореалізації, коли домінують особистісні потреби, а не сімейні. Водночас високі результати за когнітивним компонентом (3,8 бала) свідчать, що більшість уже має адекватні уявлення про сімейні цінності, але ще не інтегрувала їх у поведінку.

Отже, ця група перебуває на етапі формування установки на партнерство, а не на практичну готовність до сімейного життя. Педагогічна робота з такою молоддю має бути спрямована на розвиток навичок взаєморозуміння, емпатії та конструктивного діалогу.

Респонденти, що перебувають у стосунках продемонстрували найбільш збалансовані результати між усіма трьома компонентами – когнітивним, емоційним і поведінковим. Високий рівень готовності (48%) засвідчує, що майже половина учасників має усвідомлені цінності партнерства, спільної відповідальності та взаємоповаги. Середній рівень (44%) говорить про певну нестабільність у сфері емоційної регуляції: частина респондентів схильна до ідеалізації партнера або до уникання відвертих розмов під час конфліктів. Лише 8% мають низький рівень, що вказує на недостатній досвід чи емоційну незрілість, але не на негативне ставлення до інституту шлюбу. Найвищі показники ця група отримала за емоційним компонентом (4,1 бала) – респонденти висловлювали готовність підтримувати партнера, проявляти турботу та відкрито говорити про свої почуття. Це свідчить про розвиток емоційної компетентності та зріле сприйняття стосунків як взаємного процесу. Дещо нижчі бали за поведінковою шкалою (3,9) демонструють, що ще не всі вміють на практиці реалізувати принцип рівності у розподілі обов'язків або визнанні власних помилок.

Отже, ця група має потенційну готовність до сімейного життя, що базується на емоційній зрілості, але потребує подальшого досвіду спільного прийняття рішень.

Респонденти, які вже перебувають у шлюбі, закономірно показали найвищі результати – 67% з високим рівнем готовності. Середній рівень становить 33%, а низького не виявлено жодного, що свідчить про достатню сформованість сімейних установок і практичних навичок спілкування. Найвищі результати зафіксовано за поведінковим компонентом (4,5 бала), що відображає реальну здатність нести відповідальність, приймати компроміси та підтримувати стабільність сімейного життя. Когнітивний компонент (4,3 бала) підтверджує

високий рівень усвідомлення ролей, функцій і моральних засад шлюбу. Емоційна зрілість також виражена достатньо (4,25 бала): більшість учасників відзначали, що навіть у конфліктних ситуаціях здатні зберігати доброзичливість і повагу до партнера. Ці дані демонструють, що практичний досвід подружнього життя позитивно впливає на інтеграцію знань, емоцій і поведінки у стабільну систему.

Таким чином, група одружених респондентів є прикладом високої сімейної адаптованості, що характеризується зрілим ставленням до обов'язків, взаємною підтримкою та конструктивним розв'язанням проблем. Їхні результати підтверджують гіпотезу про те, що шлюб як соціальний інститут сприяє розвитку відповідальності, емоційної глибини та саморегуляції особистості.

Узагальнений середній показник по всіх респондентах становить 3,93 бала, що відповідає середньо-високому рівню готовності до сімейного життя. Близько 43% учасників мають сформовану психологічну готовність до створення сім'ї, ще 45% – частково готові, але потребують досвіду спільної взаємодії. Низький рівень притаманний лише 11,7% молоді, переважно з групи вільних респондентів. Такі результати демонструють загальне позитивне ставлення студентської молоді до інституту сім'ї, високий рівень ціннісної орієнтації на партнерство та взаємоповагу. Разом з тим, спостерігається потреба у формуванні практичних навичок вирішення конфліктів і розподілу обов'язків, що є ключовими чинниками подружньої стабільності.

Отже, дослідження підтверджує, що готовність до сімейного життя є багатокомпонентним утворенням, яке залежить від досвіду взаємодії, рівня емоційної зрілості та світоглядних орієнтирів особистості. У перспективі доцільно поєднувати виховні, психологічні та соціально-педагогічні підходи для розвитку гармонійної сімейної свідомості серед молоді.

Таблиця 2.3.

Результати методики «Діагностика шлюбного потенціалу особистості»

Рівень шлюбного потенціалу	Вільні	У стосунках	Одружені
Високий (81–100%)	24%	48%	58%
Середній (61–80%)	48%	40%	32%
Низький (0–60%)	28%	12%	0%
Разом	100%	100%	100%

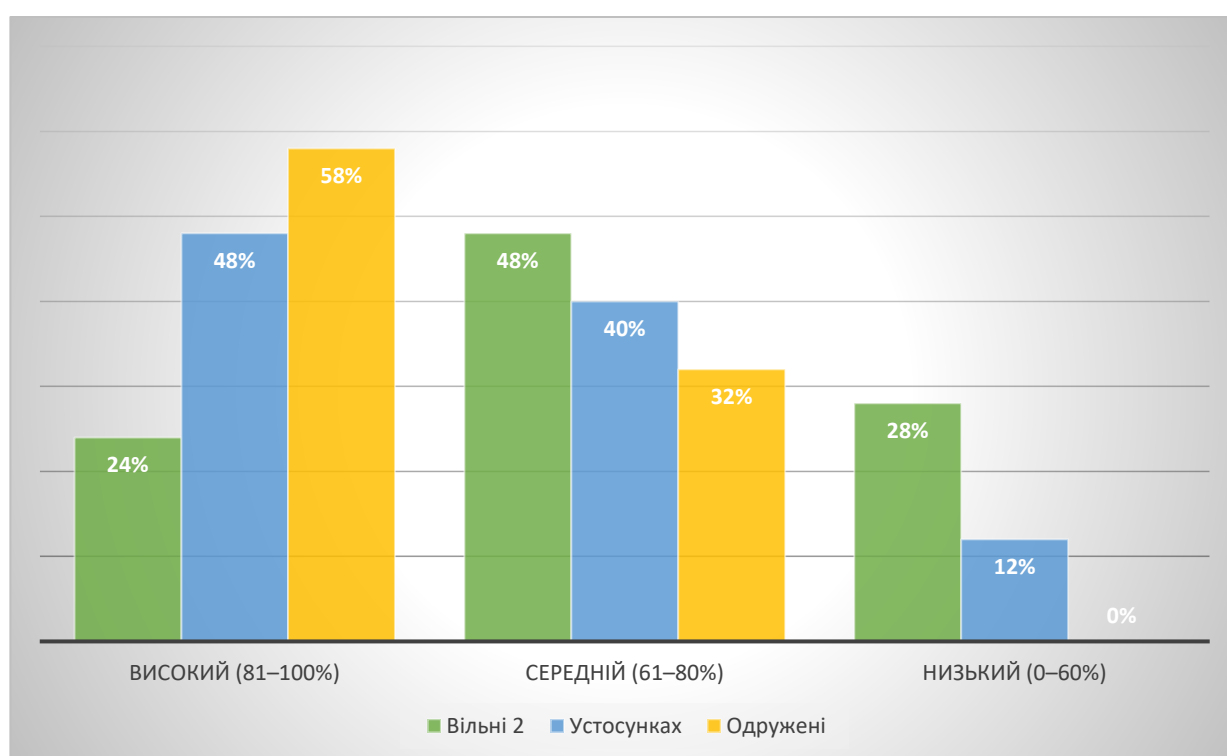


Рис.2.3. Результати методики «Діагностика шлюбного потенціалу особистості»

Серед респондентів, що не перебувають у стосунках 6 осіб (24%) показали високий рівень шлюбного потенціалу. Це свідчить про наявність зрілих сімейних цінностей, відповідальності та готовності до партнерства, попри відсутність поточного стосунку. 12 осіб (48%) мають середній рівень. Вони усвідомлюють цінність сім'ї та шлюбу, але демонструють нестійкість емоційної саморегуляції та навичок вирішення конфліктів. Можливе посилення компетентності через досвід стосунків. 7 осіб (28%) знаходяться на низькому рівні. Це свідчить про

недостатню емоційну зрілість і слабку готовність до відповідального партнерства. Серед цих респондентів можуть домінувати ідеалістичні або поверхневі уявлення про шлюб.

Отже, серед респондентів, що не перебувають у стосунках спостерігається найвищий відсоток середнього та низького рівнів, що логічно: без практичного досвіду сімейних стосунків розвиненість шлюбного потенціалу частково обмежена.

Респонденти, які перебувають у стосунках 12 осіб (48%) продемонстрували високий шлюбний потенціал. Це група, яка здатна ефективно будувати партнерські стосунки, проявляє емоційну стабільність та комунікативні навички. 10 осіб (40%) знаходяться на середньому рівні. Вони виявляють позитивні установки щодо сім'ї, проте іноді спостерігається емоційна імпульсивність або недостатнє вміння вирішувати конфлікти. 3 особи (12%) мали низький потенціал. Можливі труднощі у збереженні тривалих стосунків через низький рівень самоконтролю, емпатії та навичок співпраці.

Отже, серед респондентів у стосунках спостерігається помітний зсув у бік високого потенціалу порівняно з вільними, що свідчить про роль практичного партнерського досвіду у розвитку шлюбного потенціалу.

Одружені респонденти мають інші результати. 7 осіб (58%) мають високий шлюбний потенціал. Ці респонденти демонструють сформовані сімейні цінності, зрілу емоційну регуляцію та ефективні комунікативні навички. Вони найбільш готові підтримувати гармонію у сімейному житті. 6 осіб (32%) показали середній рівень. Хоча загальна готовність до подружнього життя є позитивною, іноді спостерігаються труднощі у вирішенні побутових або емоційних конфліктів. Низьких показників серед одружених не зафіксовано, що логічно – для вступу у шлюб необхідний певний рівень шлюбного потенціалу. Одружені респонденти демонструють найбільш зрілу групу з високим потенціалом, що підтверджує гіпотезу про практичний досвід як ключовий фактор розвитку шлюбного потенціалу.

Отже, рівень шлюбного потенціалу зростає зі статусом стосунків. Найвища частка високого потенціалу (58%) спостерігається серед одружених, що підтверджує роль практичної взаємодії у розвитку зрілих сімейних цінностей. Середній рівень присутній у всіх групах і вказує на потребу в додатковому формуванні емоційної зрілості та навичок комунікації. Низький рівень зустрічається переважно серед вільних і частково серед тих, хто перебуває у стосунках, що вказує на відсутність досвіду або емоційної готовності до партнерства.

Загалом, результати демонструють, що шлюбний потенціал формується під впливом реального досвіду стосунків, емоційної зрілості та особистісних цінностей.

Таблиця 2.4.

Результати опитування «Соціальні мережі та готовність до сімейного життя»

Питання	Варіант відповіді	Вільні	У стосунках	Одружені
1. Час у соцмережах	<1 год	2	2	1
	1–3 год	10	7	3
	3–5 год	8	6	4
	>5 год	5	10	2
2. Найчастіше соцмережі	Instagram	15	15	8
	TikTok	10	10	5
	Facebook	5	10	5
	Telegram	10	15	5
	Інші	3	5	2
3. Цілі перебування	Спілкування	15	15	10
	Навчання/робота	10	10	5
	Розваги	12	15	8
	Знайомства	8	5	2
	Інше	2	2	1

4. Вплив на уявлення про сім'ю	Так, значно	5	7	3
	Так, частково	12	12	6
	Ні	8	6	1
5. Соцмережі навчають взаємодії	Так	3	5	2
	Частково	10	10	5
	Ні	12	10	3
6. Образи сімейного життя	Гармонійні	8	8	4
	Конфлікти/зради	6	6	3
	Ідеальна сім'я	6	10	4
	Важко відповісти	5	1	0
7. Реалістичне уявлення про ролі	Так	6	8	4
	Частково	12	10	3
	Ні	7	7	3
8. Використання соцмереж для обговорення проблем	Часто	3	4	1
	Інколи	10	7	3
	Ніколи	12	14	6
9. Вплив соцмереж на готовність до сімейного життя	Позитивний	3	5	2
	Скоріше позитивний	10	10	5
	Нейтральний	8	5	2
	Скоріше негативний	3	4	1
	Негативний	1	1	0

Аналіз впливу соціальних мереж на формування уявлень про сім'ю та готовність до сімейного життя показав різні тенденції залежно від статусу респондентів. Серед вільних респондентів більшість проводить у соцмережах від 1 до 5 годин на день, що свідчить про активне онлайн-спілкування та значний вплив цифрового середовища на формування очікувань щодо стосунків.

Половина респондентів зазначила, що соціальні мережі впливають на їхнє уявлення про сім'ю частково, п'ятеро – значно, а восьмеро – практично не відчувають впливу. Лише троє опитаних відчули позитивний ефект соцмереж у навчанні конструктивній взаємодії, десятеро – частково, а більшість респондентів (12 осіб) зазначила негативний або сумнівний вплив. Що стосується образів сімейного життя, серед вільних молодих людей переважають гармонійні, ідеальні та конфліктні образи, що демонструє вплив медіа-контенту на очікування щодо шлюбу. Таким чином, соціальні мережі формують у вільних респондентів змішане уявлення про сім'ю, з частковою ідеалізацією або спотвореним сприйняттям реальних ролей.

Для респондентів, які перебувають у стосунках, час, проведений у соціальних мережах, переважно складає 1–3 години або більше 5 годин на день. Це активне користування мережами свідчить про вплив соцмереж на порівняння власних стосунків із медіа-контентом та формування очікувань щодо партнерства. Дванадцять осіб вважають, що соцмережі впливають на їхнє уявлення про сім'ю частково, сім – значно. Що стосується навчання конструктивній взаємодії, лише п'ятеро респондентів відзначили корисність соцмереж як навчального ресурсу, десятеро – частково, а ще десятеро не вважають мережі таким джерелом. Образи сімейного життя серед цієї групи переважно ідеалізовані або гармонійні, що може впливати на оцінку власних стосунків і формувати не завжди реалістичні очікування. В цілому, для молоді у стосунках соціальні мережі мають помірний вплив, здебільшого виступаючи як джерело порівняння та оцінки партнерства.

Серед одружених респондентів використання соціальних мереж значно обмежене: переважно від 1 до 5 годин на день, лише двоє проводять більше часу онлайн. Вплив соцмереж на уявлення про сім'ю в цій групі найменший: семеро респондентів відчувають частковий або значний вплив, одна особа не відзначила жодного ефекту. Щодо навчання конструктивній взаємодії, лише двоє вважають мережі корисними, п'ятеро – частково, а троє респондентів зазначили негативний або сумнівний вплив. Образи сімейного життя серед одружених

респондентів переважно гармонійні та ідеальні, конфлікти та зради зустрічаються значно рідше. Це свідчить про те, що практичний досвід сімейного життя формує більш реалістичні очікування і значно знижує вплив медіа-контенту.

Загалом аналіз показав, що вплив соціальних мереж на формування сімейних уявлень і готовність до подружнього життя неоднаковий: найвищий він серед вільних молодих людей, помірний – серед тих, хто перебуває у стосунках, і найменший – серед одружених. Соцмережі впливають не лише на уявлення про сім'ю, а й на розвиток критичного мислення та емоційної компетентності, проте реальний досвід взаємодії у стосунках або шлюбі значною мірою знижує роль онлайн-комунікацій.

Таким чином, результати дослідження демонструють важливість поєднання онлайн-активності з реальним соціальним досвідом для формування адекватних уявлень про сім'ю та підвищення готовності до майбутніх подружніх стосунків. Соціальні мережі можуть слугувати джерелом корисної інформації та прикладів для навчання взаємодії, проте без практичного досвіду молодь ризикує формувати ідеалізовані або спотворені уявлення про сімейне життя.

Інтенсивність користування соцмережами не прямо пропорційна до реальної готовності до сімейного життя: молодь активно проводить час онлайн, але вплив на установки різниться за статусом стосунків. Вільні респонденти найбільш піддатливі на ідеалізовані або спотворені образи сім'ї, що формує потенційні ризики нерозуміння реального партнерства. Респонденти у стосунках використовують соцмережі частіше для оцінки власних стосунків, що може викликати додаткові очікування або конфлікти. Одружені респонденти показують найменший вплив соцмереж на уявлення про сім'ю: практичний досвід домінує над медіа-контентом. Соцмережі формують у молоді змішане уявлення про сімейні ролі: частково реалістичне, частково ідеалізоване, що підкреслює потребу в медіа-грамотності та критичному мисленні при сприйнятті цифрового контенту.

Отже, комплексний аналіз усіх чотирьох методик підтверджує, що психологічна готовність до сімейного життя формується через взаємодію трьох основних факторів: практичний досвід партнерства, рівень соціально-емоційної зрілості та усвідомлене сприйняття сімейних цінностей. Соціальні мережі можуть впливати на молодь як позитивно, так і негативно, тому їхній ефект потребує усвідомленого контролю та медіа-грамотності.

### **2.3. Вплив соціальних мереж на формування сімейних цінностей та готовність до сімейного життя**

У сучасному інформаційному середовищі соціальні мережі виступають потужним чинником впливу на формування ціннісних орієнтирів молоді. Результати опитування показали, що більшість респондентів активно проводить час у соцмережах, причому інтенсивність використання не завжди корелює з усвідомленим сприйняттям сімейних цінностей. Вільні учасники демонструють більшу схильність сприймати ідеалізовані образи сім'ї, що транслюються медіа, і частково формують очікування щодо майбутнього подружнього життя. Респонденти, які перебувають у стосунках, частіше використовують соцмережі для порівняння власних взаємин із контентом, що може підсилювати емоційні очікування або породжувати невпевненість у партнері. Одружені молоді люди менше піддаються впливу соціальних мереж, оскільки практичний досвід взаємодії в сім'ї переважає над медіа-контентом. Отже, соціальні мережі виконують роль додаткового фактора соціалізації, але не є визначальними у формуванні зрілих цінностей. Водночас вони можуть сприяти розвитку уявлень про партнерство, якщо користувач критично оцінює інформацію.

Аналіз даних за методикою ПЕА-А продемонстрував, що соціально-емоційна зрілість респондентів значною мірою визначає, наскільки вплив соцмереж відображається на готовності до сімейного життя. Вільні учасники здебільшого мають середній рівень розвитку емпатії та емоційного тяжіння, що робить їх більш сприйнятливими до ідеалізованих образів шлюбу. У групі тих,

хто перебуває у стосунках, високий рівень соціально-емоційної компетентності дозволяє критично оцінювати контент і вибудовувати реалістичні очікування щодо власних взаємин. Одружені респонденти демонструють найвищі показники за шкалами «Розуміння» та «Авторитетність», що свідчить про стабільний вплив практичного досвіду над цифровим контентом. Це підтверджує гіпотезу про те, що зрілість особистості виступає модератором впливу соцмереж на формування сімейних цінностей. Соціальні мережі можуть виконувати освітню функцію, якщо використовуються як джерело інформації про конструктивну взаємодію у парі. Разом із тим, надмірне перебування у мережах без критичного осмислення збільшує ризик формування нереалістичних очікувань щодо сімейного життя.

Результати тест-карти Юнди підтвердили, що готовність до сімейного життя прямо корелює зі статусом стосунків та активністю у соцмережах. Вільні респонденти мають середній рівень готовності, що відображає базове усвідомлення сімейних цінностей, проте відсутність практичного досвіду обмежує здатність до реального партнерства. Молодь у стосунках демонструє вищий рівень готовності, особливо за емоційним компонентом, що свідчить про розвиток взаємної підтримки та турботи. Одружені респонденти досягли найвищих показників, особливо за поведінковою шкалою, що підкреслює практичне застосування цінностей у повсякденному житті. Інтенсивність використання соціальних мереж у цій групі не визначальна, оскільки досвід взаємодії з партнером переважає над медіа-образами. Соцмережі можуть лише підкреслювати або віддзеркалювати існуючі установки, не змінюючи їх радикально. Це свідчить про необхідність розвитку медіа-грамотності та критичного ставлення до цифрового контенту для формування адекватних сімейних уявлень.

Методика Потапчука дозволила оцінити шлюбний потенціал респондентів і його взаємозв'язок із використанням соціальних мереж. Вільні учасники частіше мають середній або низький потенціал, що свідчить про обмежений досвід партнерства та потребу у розвитку навичок конструктивної взаємодії.

Молодь у стосунках показала значну частку високого шлюбного потенціалу, що відображає сформовану здатність до співпраці та емоційної регуляції. Одружені респонденти демонструють найвищі показники, що свідчить про інтеграцію цінностей, емоційної зрілості та поведінкових навичок у реальному сімейному житті. Вплив соціальних мереж у цій групі обмежений, проте вони можуть підтримувати рефлексію та обмін досвідом. Таким чином, шлюбний потенціал формується як комплексна характеристика, яка залежить від практичного досвіду та рівня соціально-емоційної зрілості. Надмірне або некритичне використання соцмереж не замінює реальні життєві навички, а лише впливає на уявлення про ідеальний шлюб.

Опитування «Соціальні мережі та готовність до сімейного життя» показало, що молодь сприймає цифровий контент неоднозначно. Вільні респонденти частіше ідеалізують сімейні образи, сприймаючи гармонійні або «ідеальні» моделі як еталон. Молодь у стосунках звертає увагу на контраст між власними взаєминами та медіа-контентом, що може формувати очікування та додатковий тиск на партнерство. Одружені респонденти вказують, що практичний досвід переважає над візуальними образами, а соціальні мережі здебільшого не змінюють їхніх ціннісних орієнтирів. Цей результат підкреслює, що вплив соцмереж зменшується зі зростанням реального досвіду партнерства. Крім того, спостерігається, що молодь частіше використовує соціальні мережі для спілкування та обміну інформацією, а не для навчання конструктивній взаємодії у сім'ї. Отже, ефект цифрового середовища є опосередкованим і залежить від статусу стосунків та особистісної зрілості.

Системний аналіз даних показав, що соціальні мережі можуть виступати як катализатор формування сімейних цінностей, якщо молодь критично оцінює інформацію. Водночас надмірне сприйняття ідеалізованих моделей може викликати дисонанс між очікуванням та реальністю подружнього життя. Для вільних респондентів медіа-контент відіграє значну роль у формуванні уявлень про партнерство, тоді як для тих, хто перебуває у стосунках або одружений, вплив мереж знижується. Результати підтверджують, що практичний досвід

взаємодії з партнером є ключовим чинником формування реалістичних очікувань і цінностей. Соціальні мережі можуть підтримувати процес соціалізації, пропонуючи моделі поведінки та спілкування, але вони не замінюють особистісний досвід. Це підкреслює необхідність виховання критичного мислення та медіа-грамотності серед молоді. Збалансоване поєднання цифрового контенту та реального досвіду є ключем до формування зрілої готовності до сімейного життя.

Дослідження також показало, що емоційна зрілість і здатність до емпатії визначають, наскільки інформація із соціальних мереж впливає на особисті цінності. Молоді люди з високим рівнем соціально-емоційної компетентності рідше піддаються спотвореному впливу ідеалізованих моделей сім'ї. Вільні респонденти, які ще не набули практичного досвіду, виявляють більшу схильність до ідеалізації, що може формувати ризики майбутніх невідповідностей у партнерстві. У групі тих, хто перебуває у стосунках, соціальні мережі сприймаються як додатковий ресурс для порівняння та рефлексії, але не як основне джерело цінностей. Одружені респонденти демонструють стабільні установки і використовують соцмережі скоріше для інформаційного обміну, ніж для формування уявлень про сім'ю. Висновок підтверджує, що критичне мислення і практичний досвід взаємодії є основними факторами адекватного сприйняття цифрового контенту. Отже, формування сімейних цінностей залежить від балансу між особистісним досвідом і інформаційним впливом медіа.

Отже, дослідження засвідчує, що соціальні мережі впливають на формування сімейних цінностей лише як допоміжний фактор. Основним джерелом готовності до сімейного життя залишаються практичний досвід взаємодії, емоційна зрілість та соціально-ціннісні орієнтації. Молодь, яка володіє критичним мисленням, здатна інтегрувати позитивні моделі поведінки із соцмереж у реальні стосунки. Надмірне або некритичне сприйняття медіа-контенту підвищує ризик формування нереалістичних очікувань і потенційних конфліктів. Результати дослідження підкреслюють, що роль соціальних мереж у

процесі соціалізації молоді є обмеженою та опосередкованою. Ключовим фактором залишається особистий досвід та рівень розвитку соціально-емоційних навичок. Формування зрілої готовності до сімейного життя можливе лише при усвідомленому поєднанні цифрового впливу та реального життєвого досвіду.

## Висновок до розділу 2

У цьому розділі було проведено комплексне емпіричне дослідження, спрямоване на виявлення впливу соціальних мереж на особистісний розвиток та формування готовності до сімейного життя серед молоді віком 18–25 років. Аналіз отриманих даних засвідчив, що соціальні мережі відіграють значну роль у формуванні уявлень про партнерство, шлюб та взаємодію у сімейних стосунках, однак їхній вплив є опосередкованим і залежить від рівня соціально-емоційної зрілості респондентів. Вільні учасники дослідження показали більшу схильність до сприйняття ідеалізованих моделей сім'ї, що транслюються медіа, тоді як ті, хто перебуває у стосунках або одружені, демонструють більш критичне ставлення до цифрового контенту та більшу готовність до реальної взаємодії.

Результати опитувальника ПЕА-А свідчать про те, що досвід реальних міжособистісних стосунків сприяє розвитку емпатії, соціальної компетентності та здатності до конструктивного партнерства. Високий рівень соціально-емоційної зрілості спостерігається переважно у респондентів, які перебувають у стабільних стосунках або шлюбі, що підтверджує важливість практичного досвіду у формуванні психологічної готовності до сімейного життя. Тест-карта Юнди показала, що готовність до сімейного життя формується поступово, поєднуючи когнітивні уявлення, емоційні установки та поведінкові навички, а середній рівень готовності у частини респондентів вказує на потребу у додатковому розвитку практичних умінь.

Методика Потапчука дозволила виявити шлюбний потенціал респондентів, який також зростає зі статусом стосунків: вільні → у стосунках →

одружені. Це підтверджує, що практичний досвід партнерства є ключовим фактором інтеграції знань, цінностей і емоційної регуляції у реальну поведінку. Дослідження впливу соціальних мереж на готовність до сімейного життя показало, що молодь активно користується цифровими платформами, проте їхній ефект залежить від рівня емоційної зрілості та критичного мислення. Найбільше на ідеалізовані образи сім'ї піддаються вільні респонденти, тоді як практичний досвід у стосунках або шлюбі значно знижує вплив медіа.

Узагальнений аналіз усіх методик демонструє, що соціальні мережі можуть виступати як допоміжний чинник соціалізації та розвитку цінностей партнерства, але не замінюють особистісного досвіду. Високий рівень емпатії, авторитетності та здатності до конструктивної взаємодії забезпечує реалістичне сприйняття ролей у сім'ї та готовність до подружнього життя. Молодь, яка поєднує критичне сприйняття цифрового контенту з практичним досвідом партнерства, має найвищий потенціал до формування зрілих сімейних цінностей.

Важливо підкреслити, що емпіричні результати підтверджують необхідність цілеспрямованого розвитку медіа-грамотності та емоційної компетентності серед молоді. Виховні, психологічні та освітні заходи можуть значно підвищити здатність критично оцінювати медіа-контент та інтегрувати його у власні цінності. Формування готовності до сімейного життя слід розглядати як комплексний процес, у якому поєднуються знання, практичні навички та емоційна зрілість.

Таким чином, дослідження засвідчує, що соціальні мережі мають помітний, але вторинний вплив на молодь, тоді як основним чинником формування готовності до сімейного життя є реальний досвід взаємодії та особистісна зрілість. Результати підкреслюють потребу у системній роботі з молоддю для розвитку соціально-емоційних компетентностей, навичок конструктивного спілкування та відповідального ставлення до майбутньої сім'ї. У перспективі ці дані можуть стати основою для впровадження програм, які поєднують цифрову грамотність, психологічну підтримку та підготовку до подружнього життя.

## ВИСНОВКИ

У ході дослідження було комплексно розглянуто вплив соціальних мереж на особистісний розвиток молоді та формування готовності до сімейного життя. Було проаналізовано сучасні наукові джерела, що охоплюють роль цифрових платформ у соціалізації, спілкуванні, розвитку комунікативних навичок та впливі на ціннісні орієнтації. Теоретичний аналіз засвідчив, що соціальні мережі є потужним середовищем формування уявлень про партнерство та сім'ю, однак їхній ефект може бути як позитивним, так і потенційно спотворюючим.

Аналіз даних показав, що частина молоді активно формує емоційні та соціальні компетентності завдяки онлайн-комунікаціям, тоді як інші респонденти демонструють схильність до поверхневого сприйняття соціальних ролей та ідеалізації стосунків. Опитувальник ПЕА-А дозволив виявити, що рівень соціально-емоційної зрілості значною мірою залежить від досвіду реальних міжособистісних стосунків: вільні респонденти мають нижчі показники емпатії та авторитетності, тоді як одружені та ті, хто перебуває у стосунках, демонструють високий рівень соціальної компетентності.

Результати авторської анкети «Соціальні мережі та готовність до сімейного життя» показали, що вільні респонденти частіше піддаються впливу ідеалізованих образів сім'ї, тоді як практичний досвід партнерства у стосунках або шлюбі значно знижує роль медіа у формуванні уявлень. Виявлено, що соціальні мережі частково сприяють розвитку комунікативних навичок і критичного мислення, але їхній ефект значною мірою опосередкований особистісним досвідом та емоційною зрілістю.

Було використано три стандартизовані методики: тест-карту готовності до сімейного життя І. Юнди, методику «Діагностика шлюбного потенціалу особистості» Є. Потапчука та опитувальник ПЕА-А. Результати показали, що готовність до сімейного життя найвища серед одружених респондентів, середній рівень характерний для тих, хто перебуває у стосунках, а вільні респонденти частіше демонструють неповну інтеграцію знань, емоцій і практичних навичок.

Шлюбний потенціал також зростає зі статусом стосунків, що підтверджує роль практичного досвіду у розвитку ціннісних та емоційних компетентностей.

Загальний аналіз усіх методик засвідчив, що соціальні мережі впливають на розвиток особистості та формування готовності до сімейного життя неоднозначно. Вони можуть слугувати додатковим ресурсом для розвитку емпатії, комунікативних навичок і критичного мислення, але водночас створюють ризик спотвореного сприйняття партнерських ролей та ідеалізованих очікувань. Найбільш позитивний вплив спостерігався у респондентів із практичним досвідом взаємодії у стосунках або шлюбі, що свідчить про важливість поєднання онлайн-комунікацій із реальним соціальним досвідом.

Отримані дані підтверджують гіпотезу дослідження: активне використання соціальних мереж суттєво впливає на розвиток особистісних характеристик та ціннісних орієнтацій молоді, а також може як сприяти, так і ускладнювати формування готовності до сімейного життя залежно від інтенсивності та змістового наповнення онлайн-комунікацій. Встановлено, що найкращий рівень готовності до сімейного життя та високий шлюбний потенціал спостерігається у тих, хто поєднує помірну активність у соціальних мережах із реальним досвідом партнерських стосунків.

Таким чином, дослідження досягло мети: науково обґрунтовано та емпірично підтверджено особливості впливу соціальних мереж на особистісний розвиток та формування готовності до сімейного життя. Кожне завдання виконано послідовно: теоретичний аналіз дозволив визначити ключові механізми впливу соцмереж, психологічні аспекти їхнього впливу виявили особливості формування цінностей та компетентностей, а емпіричне дослідження підтвердило практичну реалізацію цих процесів серед молоді.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алгоритми та тренди Instagram у 2025 році: повний гід для авторів і брендів. 2025. URL: <https://surl.lu/kaqcpu>
2. Амплєєва О. М., Бехтольд Д. О. Вплив соціальних мереж на розвиток Я-концепції сучасної молоді. *Психологія та соціальна робота*. 2024. № 1. С. 11–21.
3. Асєєва Ю. О. Кіберкомунікативна залежність від соціальної мережі *Instagram* як проблема сучасної молоді. *Габітус*. 2020. № 14. С. 152–157.
4. Березовська Л. Вплив соціальних мереж на психологічне благополуччя особистості. *Вісник Національного університету оборони України*. 2020. Т. 55. № 2. С. 28–36. DOI: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2020-55-2-28-36>
5. Буковська О. О., Мазур Т. В., Анищенко Л. О. Вплив соціальних інтернет-мереж на соціалізацію молоді. *Габітус*. 2021. № 29. С. 48–52.
6. Варушечкіна М. В., Слободянюк А. В. Ставлення до кохання. *Матеріали XLVII наук.-техн. конф. підрозділів ВНТУ, Вінниця, 14–23 березня 2018 р. Вінниця, 2018*. URL: <https://conferences.vntu.edu.ua/index.php/all-hum/all-hum2018/paper/view/4606>
7. Василенко Л. П., Савчин М. В. Вікова психологія : навч. посіб. 3- те вид., перероб. і допов. Київ : ВЦ «Академія», 2017. 368 с.
8. Васюк К. М. Гендерні особливості уявлень про кохання в юнацькому віці. *Габітус*. 2020. Т. 2. № 12. С. 81–85.
9. Вдовичин Т. Я., Гриник О. О. Актуальність використання соціальних мереж в освіті. *Експерт*. 2025. № 319.
10. Вовк А. І. Дослідження психологічних умов та чинників, що здійснюють вплив на рівень готовності особистості до шлюбу. *Psychology travelogs*. 2024. № 3. С. 132–149. – DOI: <https://doi.org/10.31891/pt2024-3-13>
11. Вовк А., Потапчук Є. Готовність до шлюбу як багатогранний процес. *Формування особистості сучасного фахівця як суб'єкта самотворення в умовах освітнього простору: матеріали XIII Всеукр. наук.-практ. конф.*

- (м. Хмельницький, 28.11.2024). Хмельницький : Хмельницький нац. ун-т, 2024. С. 53–56.
12. Вольнова Л. М., Камінська А. О., Ляска О. П. Вплив соціальних мереж на психічне здоров'я сучасної молоді. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2023. № 34 (6). С. 1–5.
  13. Гаркуша І. В., Кайко В. І. Психологічні аспекти та основні мотиви використання соціальних мереж. 2019. URL: <https://pedpsy.duan.edu.ua/images/PDF/2019/2/6.pdf>
  14. Гіденко Є. С. Кібербулінг: насильство в соціальній мережі. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Серія: Юриспруденція*. 2021. № 50. С. 26–29.
  15. Големб'ювська Е. Вплив соціальних мереж на соціальний та емоційний стан молодих людей. *Освітологія*. 2024. № 13 (13). С. 50–58.
  16. Горда А., Гвоздецька І. Класифікація соціальних мереж та їх рейтинг. *Маркетингові технології в умовах глобалізації економіки України: тези доп. XV міжнар. наук.-практ. конф., м. Хмельницький, 26–28 листоп. 2020 р. Хмельницький, 2020*. С. 31–34.
  17. Горошко Є. І. Гендерні аспекти комунікацій на прикладі освітніх практик Інтернету URL: [http://ifets.ieee.org/russian/depository/v11\\_i2/html/6.htm](http://ifets.ieee.org/russian/depository/v11_i2/html/6.htm).
  18. Гоян І., Данилова Т. Вплив соціальних мереж на психологічне функціонування особистості: до постановки проблеми. *Гуманітарні студії: педагогіка, психологія, філософія*. 2021. Т. 12. № 4. С. 118–124.
  19. Гречановська О. В. Вплив соціальних мереж на психологічний стан та самооцінку української молоді. *Психологічні перспективи*. 2023. № 42. С. 112–120. URL: [https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/4\\_2023/11.pdf](https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/4_2023/11.pdf)
  20. Гречановська О. В., Мегем О. М., Потапюк Л. М. Вплив соціальних мереж на психологічний стан та самооцінку української молоді. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2023. № 34 (4). С. 60–66.
  21. Гріньова О. М., Науменко М. С. Гендерні особливості ставлення до кохання у сучасної молоді. *Вісник психології і соціальної педагогіки*. URL:

- [https://www.psyh.kiev.ua/Гріньова\\_О.М.,\\_Науменко\\_М.С.\\_Гендерні\\_особливості\\_ставлення\\_до\\_кохання\\_у\\_сучасної\\_молоді](https://www.psyh.kiev.ua/Гріньова_О.М.,_Науменко_М.С._Гендерні_особливості_ставлення_до_кохання_у_сучасної_молоді) (дата звернення: 04.03.2025).
22. Данилова Т., Гоян І. Вплив соціальних мереж на психологічне функціонування особистості: до постановки проблеми. *Психологія і суспільство*. 2021. № 3. С. 108–118. URL: <https://humstudios.com.ua/uk/journals/tom-12-4-2021/vpliv-sotsialnikh-merezh-na-psikhologichne-funktsionuvannya-osobistosti-do-postanovki-problemi>
23. Дослідження впливу соціальних мереж на наше життя та мислення. Друкарня. 2024. URL: [https://drukarnia.com.ua/articles/doslidzhennya-vplivu-socialnikh-merezh-nanashe-zhittya-ta-mislennya-013\\_6](https://drukarnia.com.ua/articles/doslidzhennya-vplivu-socialnikh-merezh-nanashe-zhittya-ta-mislennya-013_6)
24. Єрмаков В. Експерти назвали найбезпечніші мобільні додатки для спілкування. Главком. 2021. URL: <https://glavcom.ua/techno/telecom/eksperti-nazvali-naybezpechnishi-mobilnidodatki-dlya-spilkuvannya-797056.html>
25. Загальний огляд соціальних мереж в Україні. 2024. URL: <https://surl.li/iofydd>
26. Залізницька О. Як програми для знайомств впливають на наше життя та психологічний стан? Marie Claire. 2019. URL: <https://marieclaire.ua/uk/obshhestvo/kak-prilozheniya-dlya-znakomstv-vliyaютna-mozg>
27. Затворнюк О. М. Психологія сім'ї: навч.-метод. посіб. Київ : Видавничий дім «Слово», 2018. 184 с.
28. Кравець В. П. Підготовка учнівської молоді до сімейного життя в Україні XXI століття: стан, тенденції, шляхи вдосконалення: монографія. Тернопіль: ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2020. 584 с.
29. Кравчук В. О. Поняття та види соціальних мереж. *Topical aspects of modern scientific research: The 1st International scientific and practical conference. September 28–30, 2023*. Tokyo, Japan: CPN Publishing Group, 2023. С. 176.

- 30.Лисенко Л. М. Психологічні чинники задоволеності стосунками в подружніх парах. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. Сковороди*. 2018. URL: [http://www.tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/5\\_2018/16.pdf](http://www.tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/5_2018/16.pdf)
- 31.Літвак О. Соціальні мережі: поняття, історія виникнення. *Запорізька обласна універсальна наукова бібліотека*. URL: <https://zounb.zp.ua/resourse/zaporizkyy-kray/zaporizhzhya-bibliotechne/fahovaosvita/socialni-merezhi-piv>
- 32.Матохнюк Л. О., Корольова Н. Д. Психологічні особливості мотивації вступу до шлюбу сучасної молоді. *Перспективи та інновації науки*. 2024. № 11(45). С. 1446–1458
- 33.Мгалоблішвілі А. Психологія використання соціальних інтернет-мереж сучасними українськими користувачами. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2023. № 2 (70). С. 201–208.
- 34.Огоренко В., Тимофєєв Р., Гарібова Л., Крамарчук Д., Шорніков А. *Використання соціальних мереж підлітками: потенційний вплив на психіку і поведінку. Психосоматична медицина та загальна практика*. 2024. № 9 (2). С. 1–10.
- 35.Опитувальник ПЕА (розуміння, емоційне тяжіння, авторитетність). URL: [https://www.eztests.xyz/tests/social\\_volkov/](https://www.eztests.xyz/tests/social_volkov/)
- 36.Петенок Є. П. Поняття соціальних мереж та їх вплив на особистість. *Modern generation: current problems, experience, development prospects: The 11th International scientific and practical conference. November 12–15, 2024. Seville, Spain. International Science Group*. 2024. С. 300.
- 37.Піняк І. Класифікація соціальних медіа. Сучасні тенденції розвитку маркетингу в умовах мінливого ринкового середовища: матеріали X Регіон. наук.-практ. Інтернет-конф. молодих вчен. та студентів, м. Тернопіль, 8 листоп. 2019 р. Тернопіль, 2019. С. 141–142.
- 38.Потапчук Є. Осмислення впливу ЗМІ на формування майбутнього сім'янина. *Молодий вчений*. 2024. № 1 (125). С. 320–324.

- 39.Потапчук О., Колесник О. Вплив засобів масової інформації на формування майбутнього сім'янина. URL: <https://pt.khmnu.edu.ua/index.php/pt/article/view/202/189>
- 40.Психологічна методика «Діагностика шлюбного потенціалу особистості» (ДШПО) (автор Потапчук Є. М.). URL: <https://elar.khmnu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/2345e2ff-26a4-4308-b7f9-8615443190bc/content>
- 41.Рогова Т. А. Блоги і соціальні мережі: навчально-методичний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти магістра спеціальності «Журналістика» освітньо-професійних програм «Журналістика», «Реклама та зв'язки із громадськістю», «Медіакомунікації» денної та заочної форми здобуття освіти. Запоріжжя: ЗНУ, 2024. 94 с.
- 42.Рубан А. Вплив соціальних мереж на формування ідентичності підлітків та молоді. *Науковий вісник Ізмаїльського державного гуманітарного університету*. 2021. № 56. С. 213–220.
- 43.Сіленко А. О., Кедик Ю. О. Психологічні особливості комунікативних практик молоді у соціальних мережах. *Ментальне здоров'я*. 2025. № 2. С. 79–85.
- 44.Соціальна мережа. Велика українська енциклопедія. URL: [https://vue.gov.ua/Соціальна\\_мережа](https://vue.gov.ua/Соціальна_мережа)
- 45.Тест-карта оцінки готовності до сімейного життя (І. Ф. Юнда). URL: <https://psyttests.org/family/yunda.html>
- 46.Тіндер: чому люди шукають кохання у мобільних додатках? HoldYou. 2023. URL: <https://holdyou.net/news/zalezhnist-vid-tindera>
- 47.Турчин А. Класифікація соціальних мереж. *Актуальні задачі та досягнення у галузі кібербезпеки: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф., м. Кропивницький, 23–25 листоп. 2016 р.* Кропивницький, 2016. С. 206.
- 48.Хіврич А., Ковальчук З., Яремко Р. Особливості формування готовності до сімейного життя осіб юнацького віку. *Науковий вісник Львівського*

- державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна. 2024. № 2. С. 33–40.
49. Чабанна Є. С. Ставлення до кохання в юнацькому віці. *Наукова школа академіка Івана Зязюна у працях його соратників та учнів: матеріали 8-ї Міжнар. наук.-практ. конф., 23–24 травня 2024 р.* Харків: НТУ «ХПІ», 2024. С. 205–207.
50. Чалабієва М. Поняття соціальних мереж як особливого виду електронних засобів масової інформації. *Молодий вчений*. 2019. № 8 (72). С. 125–129.
51. Чому молодь відмовляється від застосунків для знайомств. *Vogue UA*. 2023. URL: <https://vogue.ua/article/culture/lifestyle/chomu-zumeri-vidmovlyayutsya-viddodatkiv-dlya-znayomstv-54288.html>
52. Ягіяєв М., Савич В., Келлер З. Зв'язок активності в соціальних мережах і задоволеності романтичними стосунками. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія «Психологія»*. 2020. URL: <https://bpsy.knu.ua/index.php/psychology/article/view/254>
53. Якущенко Ю., Глущенко К. Соціальні мережі як провідний вид віртуального спілкування. *Соціально-гуманітарні аспекти розвитку сучасного суспільства 51: матеріали ІХ Всеукр. наук. конф. студентів, аспірантів, викладачів та співробітників*. Суми: Сумський державний університет, 2021. С. 413–417.