

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ В.Н.КАРАЗІНА

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ

КАФЕДРА ПРИКЛАДНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на тему: ОСОБЛИВОСТІ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ОСІБ
ЮНАЦЬКОГО ВІКУ, ЗАЛЕЖНИХ ВІД СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ

Студентки 2 курсу групи ЗПС-61 другого
(магістерського) рівня вищої освіти
освітньо-професійної програми
«Психологія» за спеціальністю 053 –
ПСИХОЛОГІЯ
Ольги ЛУКОВОЇ

Керівник: к. психол. н., доц. ЗВО
Павло СЕВОСТ'ЯНОВ

Чотирьохрівнева шкала оцінювання _____
Кількість балів: _____

Члени комісії _____
(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ МІЖСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ, ЗАЛЕЖНИХ ВІД СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ	6
1.1. Психологічна природа та прояви залежності від соціальних мереж.....	6
1.2. Поняття міжособистісної взаємодії у психології	14
1.3. Особливості міжособистісної взаємодії у різні вікові періоди	18
Висновки до розділу I.....	21
РОЗДІЛ II. МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ МІЖСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ, ЗАЛЕЖНИХ ВІД СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ	23
2.1. Мета, завдання, гіпотеза опис вибірки	23
2.2. Методики дослідження.....	23
Висновки до розділу II.....	30
РОЗДІЛ III. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ МІЖСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ, ЗАЛЕЖНИХ ВІД СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ	31
3.1. Перевірка розподілу даних за досліджуваними показниками	31
3.2. Дослідження показників міжособистісної взаємодії осіб юнацького віку	32
3.3. Дослідження залежності від соціальних мереж осіб юнацького віку ...	36
3.4. Визначення особливостей міжособистісної взаємодії осіб юнацького віку, залежних від соціальних мереж.....	39
Висновки до розділу III	45
ВИСНОВКИ.....	48
Література	50

ВСТУП

Актуальність. У сучасних умовах як у національному, так і в глобальному масштабі простежується стійка тенденція до зростання ролі соціальних мереж у житті людини. Вони поступово перетворилися на універсальний засіб комунікації, який забезпечує не лише особистісне спілкування, а й швидке поширення інформації про події у світі, сприяє налагодженню контактів між виробниками та споживачами, створює нові можливості для здобуття знань, професійної реалізації й організації дозвілля. Таким чином, соціальні мережі стали невід'ємним елементом повсякденної реальності сучасної людини.

Однак наукові дослідження переконливо свідчать, що поряд із численними перевагами, які відкриває використання соціальних мереж, цей феномен несе і певні психологічні ризики. Одним із найпомітніших негативних наслідків є формування надмірної залученості до віртуального середовища, що в окремих випадках набуває ознак залежності.

Подібно до інших форм адиктивної поведінки, залежність від соціальних мереж спричиняє перерозподіл внутрішніх ресурсів особистості, коли переважна їх частина спрямовується на задоволення постійного й майже неконтрольованого потягу до перебування онлайн. Як наслідок, відбувається поступове виснаження когнітивних, емоційних і соціальних ресурсів, а також порушується баланс між різними сферами життєдіяльності людини. Особливо помітно це проявляється у сфері міжособистісних стосунків, оскільки соціальні мережі, за своєю природою, замінюють безпосереднє спілкування віртуальними контактами, що часто знижує глибину й автентичність соціальних зв'язків.

Проблема надмірного залучення до соціальних мереж набуває особливої актуальності у юнацькому віці. Саме цей етап розвитку є критичним для формування навичок ефективної комунікації, соціальної компетентності, становлення системи цінностей та побудови власної

ідентичності. Від рівня розвитку міжособистісних умінь у цей період значною мірою залежить успішність професійного самовизначення, самопрезентації та адаптації у дорослому житті.

Ураховуючи зазначене, дослідження феномена залученості юнацтва до соціальних мереж, його впливу на процеси міжособистісної взаємодії та становлення особистості видається надзвичайно важливим і становить безпосередній предмет нашого наукового аналізу.

Об'єкт дослідження: міжособистісна сфера особистості.

Предмет: міжособистісна взаємодія осіб юнацького віку, залежних від соціальних мереж.

Мета: дослідити особливості міжособистісної взаємодії осіб юнацького віку, залежних від соціальних мереж.

Завдання: 1) Провести теоретичний аналіз категорій міжособистісної взаємодії, залежності від соціальних мереж та психологічних особливостей юнацького віку.

2) Дослідити рівень виразності залежності від соціальних мереж осіб юнацького віку.

3) Дослідити показники міжособистісної взаємодії осіб юнацького віку.

4) Визначити особливості міжособистісної взаємодії осіб юнацького віку, залежних від соціальних мереж.

Гіпотеза: ми припускаємо, що залежні від соціальних мереж особи юнацького віку демонструватимуть меншу продуктивність міжособистісної взаємодії у всіх її компонентах (мотиваційному, емоційному, когнітивному та вольовому), ніж їхні однолітки без ознак залежності.

Методики: 1) Для діагностики мотиваційного компоненту міжособистісної взаємодії – Тест діагностика потреби у спілкуванні (М. Попіль).

2) Для діагностики емоційного компоненту міжособистісної взаємодії – Методика діагностики емоційних бар'єрів в міжособистісному спілкуванні (Д. Ларіна).

3) Для діагностики когнітивного компоненту міжособистісної взаємодії – Методика діагностики комунікативної соціальної компетентності (С.В. Сіненкова).

4) Для діагностики вольового компоненту міжособистісної взаємодії – Методика дослідження комунікативної імпульсивності (М.В. Лемак, В.Ю. Петрище).

5) Для діагностики залежності від соціальних мереж – Шкала залежності від соціальних мереж (M. G. Shahnawaz, U. Rehman - Social Networking Addiction Scale). Адаптація: Севост'янов П. О., Яновська С.Г., Туренко Р.Л.; Пивовар Д. Є.

В ході опрацювання даних використовувалися описові статистики, кластерний аналіз методом к-середніх, критерій Колмогорова-Смирнова для перевірки нормальності розподілу та метод Краскела-Уолліса для порівняльного аналізу незалежних вибірок.

Вибірка. У дослідженні взяло участь 67 осіб юнацького віку (15-20 років), що на момент опитування знаходилися в Україні. Серед них – 36 хлопців та 31 дівчина. Усі досліджувані мали досвід користування соцмережами. Збір і опрацювання даних здійснювалися за отримання інформованої згоди представників вибірки на участь у дослідженні.

Практична значущість роботи ґрунтується на тому, що отримані за підсумком дослідження дані можуть стати основою для розробки програм корекції міжособистісної поведінки залежних від соціальних мереж юнаків.

РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ, ЗАЛЕЖНИХ ВІД СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ

1.1. Психологічна природа та прояви залежності від соціальних мереж

Стрімка еволюція мережевих технологій докорінно переорієнтувала провідні види людської активності – від пізнавальних і комунікаційних практик до ігрових і професійних форматів взаємодії. Індивідуалізація доступу, що постала завдяки персональним комп'ютерам і мобільним пристроям, трансформувала сам принцип продукування змісту: замість односпрямованої «публікації» утверджується логіка спільної участі, а статичні ресурси поступаються місцем інтерактивним середовищам. Це розширило можливості творчої самореалізації, але водночас прискорило моральне старіння знань, вплинуло на способи збереження культурного досвіду та переосмислення критеріїв «знання» в цілому.

На цьому тлі однією з найбільш обговорюваних проблем постає залежність від соціальних мереж як окремий феномен, пов'язаний із новими формами онлайн-комунікації. У науковому дискурсі поняття «соціальна мережа» вживається щонайменше у двох взаємопов'язаних сенсах: по-перше, як сукупність людей, об'єднаних різнорівневими міжособистісними зв'язками, і, по-друге, як інтернет-платформа, що забезпечує підтримку цих зв'язків і формування віртуальних спільнот за інтересами [12]. Такі веб-сервіси надають користувачеві інструменти персональної репрезентації (власна сторінка, стрічка подій), підтримки контактів, створення груп, поширення повідомлень та мультимедійного контенту.

Модель взаємодії в соціальних мережах має відчутні відмінності від інших форматів комунікації в онлайні (форумів, чатів, гостьових книг тощо). Її суттєвими рисами є персоніфікованість і керованість комунікативного профілю: учасники виходять у публічний простір як ідентифіковані особи, здатні конструювати образ «я», налаштовувати видимість інформації, а також

вільно обирати теми, партнерів і часові рамки спілкування [18]. Саме така сконструйована міжособистісна взаємодія – а не сам сервіс як технічний інструмент – часто стає осердям надмірного залучення, бо дає змогу одночасно задовольняти потреби в інформації, приналежності та самоствердженні, які й становлять головний мотиваційний механізм активності в мережевих спільнотах.

У більшості робіт залежність від онлайн-спілкування, віртуальних знайомств і мережевих стосунків розглядають як різновид інтернет-залежності, що описується через нав'язливе прагнення переходити в онлайн і труднощі з довільним припиненням цього процесу [5; 7]. Водночас сама по собі регулярна перевірка профілю, інтенсивне листування чи перевага цифрового контакту над офлайн-спілкуванням ще не дорівнюють адикції. Помірна «залежність» від сервісу як зручного каналу соціальної підтримки є радше культурно зумовленою адаптацією до реалій інформаційного суспільства. Далі ми виходимо з того, що адикція – це такий індивідуальний стан, за якого формується стійка й надмірна емоційна прив'язаність до певного виду діяльності; унаслідок цього знижується здатність довільно керувати частотою, тривалістю та інтенсивністю цієї діяльності й погоджувати її з іншими життєво важливими обов'язками та ролями. Для адиктивного процесу характерні повторювані періоди нестримного потягу до відповідної активності та виконання її в обсягах, що набувають деструктивного забарвлення [27].

За такого погляду залежність від соціальних мереж можна визначити як різновид адиктивної поведінки, що проявляється у нав'язливій потребі змінювати власний профіль, взаємодіяти з іншими користувачами, споживати й продукувати мережевий контент, не контролюючи міру залучення та ігноруючи можливі негативні наслідки [43]. Тут об'єктом прив'язаності виступає віртуальна спільнота, безпосередньою метою – постійний контакт із її членами, а поведінковими проявами – широкий спектр дій у мережі: оновлення сторінки, перегляд профілів «друзів», обмін повідомленнями й

файлами, участь у тематичних дискусіях, прослуховування музики, перегляд фото й відео. Технічні засоби – інтернет-підключення, веб-платформи та застосунки на комп'ютерах і смартфонах – у цьому разі виконують роль носіїв адиктивного потягу.

Важливо підкреслити, що діагностувати таку залежність лише за кількістю годин у мережі або небажанням відмовитися від онлайн-каналу недостатньо. Йдеться про деструктивні наслідки для соціального функціонування та життєвого балансу. Спираючись на загальні критерії синдрому залежності (МКХ-10) і напрацювання з проблематики комп'ютерної та інтернет-адикцій (А. Голдберг, К. Янг, М. Орзак, Л. Юр'єва, Т. Больбот), можна виокремити такі орієнтири: (1) надання соціальним мережам надвисокої цінності, афективна «зарядженість» взаємодії (передчуття піднесення перед входом у мережу, втрата відчуття реальності під час перебування онлайн, дискомфорт і дратівливість за неможливості зайти, відчуття порожнечі після виходу); (2) зниження контролю за початком, інтенсивністю і тривалістю взаємодії (спонтанні «сеанси», які затягуються, повторювані невдалі спроби обмежити час онлайн); (3) безпосередні негативні наслідки (запізнення, перенесення важливих справ, конфлікти з близькими, нехтування іншими потребами). Про формування залежності свідчить періодичне виникнення протягом року ситуацій, пов'язаних із кожним із цих блоків ознак. Ступінь вираженості адикції, своєю чергою, визначається глибиною занурення у віртуальне спілкування (співвіднесення з офлайн-контактами, іншими інтересами й видами діяльності поза інтернетом) і масштабом соціальної дезадаптації (напруження в сімейних і дружніх стосунках, проблеми в навчанні чи роботі, погіршення психосоматичного самопочуття) [27].

Соціальні мережі істотно переінакшили звичні формати комунікації: підштовхнули до активної самопрезентації, створення й підтримки віртуальних образів, знизили поріг входу в публічний простір. Багато користувачів систематично поширюють відомості про приватне життя й

очікують на публічну підтримку, що іноді переходить у залежність від знаків схвалення – «лайків» і коментарів. Паралельно спостерігається тенденція до спрощення символічних форм (меми, короткі статуси, демотиватори), які починають віддзеркалювати особистісні установки та формувати специфічні патерни взаємодії. Серед типових ролей вирізняють учасників, що підтримують спільноти (альтруїстів), коментаторів, дослідників-кураторів, виробників контенту, «мовників», а також самопросувальників і спамерів – спектр ролей відображає різні мотивації та цілі мережевої активності.

Паралельно зростає значення платформ самовираження, зокрема блогінгу, що надає інструменти для реалізації себе як автора, журналіста чи креатора. Водночас відбувається «розхитування» комунікативних норм: розмиття меж між приватним і публічним, між офлайн-і онлайн-взаємодією, що може ускладнювати розрізнення реальності та її віртуальних репрезентацій [22].

На амбівалентність впливу соціальних мереж на психологічне функціонування – насамперед молоді – звертає увагу Мгалоблішвілі А., підкреслюючи, що поряд із соціалізаційним потенціалом, доступом до ресурсів і навчальними можливостями вони провокують депресивні переживання, тривожність, емоційну холодність, кібербулінг і стрес. Окремо виділяється феномен FOMO – страх «випасти» з подій, який стимулює постійну присутність онлайн [27].

Емпіричні дані різних досліджень демонструють, що тривале перебування в соціальних мережах корелює зі зниженням суб'єктивного добробуту та задоволеності життям. Постійні порівняння з «ідеальними» образами інших генерують завищені очікування, посилюють нарцисичні тенденції й підточують самооцінку. Особливо чутливою до цього виявляється молодіжна жіноча аудиторія, яка частіше орієнтується на стандартизовані еталони привабливості й активно використовує застосунки для редагування зовнішності; механізм соціального підкріплення у вигляді

«лайків» і коментарів підсилює ризик формування залежної поведінки [7; 18; 27].

В одному з онлайн-опитувань українських користувачів віком 15–30 років зафіксовано, що жінки загалом проводять у соцмережах більше часу (до шести годин на добу), ніж чоловіки (у середньому 2–3 години). Більша частина цього часу припадає на листування, перегляд новин, блогів, сторіз і онлайн-шопінг. Серед найбільш уживаних тематик – міські новини, гумористичний контент, особисті блоги, матеріали про здоров'я, спорт і красу. При цьому перевірка достовірності джерел здійснюється нечасто, що створює підґрунтя для маніпуляцій і поширення дезінформації [22].

Комунікативні преференції користувачів схиляються до коротких текстових повідомлень із використанням емодзі, мемів і статусів; поступово це витісняє частину офлайн-контактів. Довіра до інформації із соцмереж іноді перевищує довіру до традиційних новинних ресурсів, унаслідок чого «віртуальна» включеність підміняє реальну участь у взаємодії [18].

Руйнівний ефект надмірної залученості простежується і в сімейних стосунках: емоційна близькість знижується, поступаючись місцем «екранізації» спільного часу. Частина молоді дедалі частіше обирає віртуальну втечу від труднощів, що свідчить про наростання ескапізму. У переліку негативних явищ фігурують також булінг і тролінг, нецільові витрати часу та формування психічної залежності від онлайн-середовища. Усе це підживлює загальну проблему психологічної вразливості в умовах постійної мережевої присутності [21].

Комплексність проблематики підкреслює і те, що самі респонденти нерідко надають пріоритет віртуальному контакту, непомітно для себе втрачаючи емоційну чутливість та стаючи більш ригідними у взаємодії. У жінок частіше реєструється залежність від соціального схвалення, маркована орієнтацією на стандарти краси та нормативні очікування платформи [27].

Питання зниження негативного впливу соціальних мереж на користувачів – поряд із глибшим аналізом механізмів – послідовно

порушується в низці публікацій; пропонується розробка рекомендацій щодо медіагігієни, саморегуляції та стійкості до тиску цифрового середовища [8].

Важливість соціальних мереж як елементу сучасного соціуму підкреслюють також Гречановська О., Мегем О., Потапюк Л.: на їхню думку, ці платформи частково перебирають функції традиційних інститутів соціалізації (родини, школи), істотно впливають на становлення ціннісних орієнтацій молоді та водночас задовольняють первинні потреби у спілкуванні, підтримці, самовираженні й самоактуалізації. Найпопулярніші майданчики – Facebook, Instagram, X і TikTok – не лише розширюють канали комунікації, а й творять власні субкультурні коди [22].

Разом із тим, автори наголошують і на зворотному боці масового користування: системні порівняння з «відполірованими» образами інших знижують самооцінку, провокують депресивні переживання та «синдром невідповідності». Додатковий ризик становить інтернет-залежність, що проявляється як неконтрольована присутність онлайн, зменшення інтересу до офлайн-життя і залежність від зовнішнього схвалення. До вагомих загроз належить кібербулінг як джерело хронічного стресу та тривоги з довгостроковими наслідками для психічного здоров'я [21].

Окрему увагу в дослідженнях приділяють ролі «метрик схвалення» (лайків і коментарів), які прямо впливають на самооцінку та підкріплюють залежну поведінку [39].

Представницьке дослідження Березовської Л. І. зосереджено на взаємозв'язку між тривалістю перебування в соціальних мережах та індикаторами психологічного благополуччя. За результатами опитування всі респонденти користуються соцмережами; 56% проводять у них до чотирьох годин на добу, 44% – понад чотири години. Найчастіше мережі слугують для спілкування, а також для знайомств, отримання інформації й розваг [1].

Порівняльний аналіз показав, що користувачі з помірним часом перебування (до чотирьох годин) демонструють вищі показники психологічного благополуччя: автономності, стійкості до соціального тиску,

наявності життєвих цілей і позитивного ставлення до себе. Ті, хто перебуває в мережі довше, частіше повідомляють про нижчу задоволеність життям, зниження загального настрою та інтересу, а також про меншу емоційну насиченість повсякдення – ймовірно, через особливості вираження й маскування емоцій у цифровому середовищі. Водночас у групі з коротшим перебуванням трапляються труднощі емоційної регуляції та небажання поглиблювати контакти. Паралельно більш тривале перебування позитивно позначається на комунікативній і організаторській активності (більше контактів, ширше коло знайомств), але не гарантує міцності зв'язків, оскільки значна частина «друзів» лишається поверхневими. Самооцінка в користувачів із більшим часом перебування вища за показниками відкритості, упевненості та самоцінності, але вона часто ґрунтується на віртуальних маркерах визнання. Загалом зростання часу в мережі асоціюється зі зниженням благополуччя та задоволеності, тоді як помірне користування пов'язане з більш збалансованим життям при наявності певних емоційних бар'єрів у спілкуванні [1].

Висновки Березовської узгоджуються з позиціями інших авторів: соцмережі поєднують корисні та ризиковані ефекти; тривала взаємодія може підтримувати комунікативні навички та підсилювати суб'єктивну впевненість, але ці здобутки нерідко супроводжуються падінням психологічного комфорту через ідеалізацію чужого життя і скорочення якісних офлайн-контактів [1].

Юр'єва А. у публікації про вплив соціальних мереж на суспільство підкреслює, що вони стали ключовою інфраструктурою для об'єднання людей і циркуляції контенту, водночас помітно впливаючи на психічне здоров'я. Серед головних чинників популярності називаються доступність, можливості комунікації й самопрезентації, а також пошук соціального схвалення. За даними авторки, 42% молоді найбільше цінують функцію спілкування, 38% – участь у групах, а 20% – доступ до аудіо- та відеоконтенту [45].

Поряд із цим описуються ризики: зниження інтелектуального тону, депресивні стани, соматичні наслідки малорухливого способу життя. Наголошується на зростанні низки соціальних проблем – від конфліктів у сім'ї до кримінальних загроз, що торкаються неповнолітніх. Поширення практик віртуальної взаємодії при одночасному відступі офлайн-спілкування посилює соціальну ізоляцію; емоційне благополуччя страждає, оскільки цифровий контакт не може повністю замінити особисту присутність. За результатами різних досліджень приблизно сім із десяти користувачів інтернету заходять у соцмережі щодня, і цей показник має тенденцію до зростання [45].

Гладченко В. С. розглядає соціальні мережі як фактор, що впливає на когнітивну, поведінкову та емоційну сфери особистості. Підкреслюються одночасно й переваги (швидкий доступ до інформації, канали самовираження й комунікації), і потенційні загрози, особливо для дітей та підлітків. До маркерів залежності автор відносить надмірне використання, високий емоційний заряд, погіршення стосунків із близькими, падіння продуктивності, наполегливу потребу постійно бути онлайн; із фізіологічних наслідків згадуються перевантаження зорової системи, порушення постави та зниження якості життя [8].

Шаварин І. С. акцентує на масштабності впливу соціальних платформ на молодь. За її оглядом, екстраверти частіше використовують мережі для підтримки інтенсивного спілкування; люди з високим нейротизмом схильні переживати негативні наслідки (тривожність, ізоляція); відкриті до нового досвіду звертаються до мереж як до джерела ідей і контактів, але не завжди – як до каналу громадянської інформації. Залежність від соцмереж авторка пов'язує з істеричними рисами та вираженою потребою в соціальному схваленні [43].

Останні емпіричні матеріали загалом підтверджують ці тренди: у респондентів, що проводять у соцмережах до чотирьох годин на добу, зазвичай вищі показники психологічного благополуччя, кращий настрій і

більша задоволеність життям, ніж у тих, хто перебуває онлайн довше. Водночас навіть у «помірних» користувачів фіксуються симптоми втоми, зниження продуктивності та емоційна чутливість до контенту [43].

Узагальнюючи, сучасні соціальні мережі виконують двоїсту роль. З одного боку, вони розширюють горизонти комунікації, створюють канали самопрезентації й творчої активності, допомагають знаходити спільноти та підтримку. З іншого – можуть каталізувати емоційну нестабільність, послаблювати якість міжособистісного спілкування офлайн і сприяти виникненню залежних форм поведінки, особливо за тривалої та неконтрольованої взаємодії. Оптимальна стратегія користування передбачає критичність до джерел і форматів споживання, баланс між онлайн та офлайн, розвиток емоційної грамотності й навичок саморегуляції. Наявні результати досліджень свідчать про доцільність цілеспрямованих профілактичних програм, спрямованих на зменшення негативних ефектів і зміцнення психологічної стійкості, що дає змогу максимально реалізувати потенціал мереж при мінімізації ризиків.

1.2. Поняття міжособистісної взаємодії у психології

Міжособистісні стосунки становлять базис людського буття, оскільки саме через них формується ідентичність індивіда, визначається його емоційний стан і забезпечується рівень психологічного та соціального добробуту. Їхній вплив охоплює практично всі виміри життєдіяльності людини – від соціальної активності до саморозвитку, тому можна вважати, що саме ця сфера відіграє провідну роль у становленні особистості. У науковому розумінні міжособистісні відносини розглядаються як система взаємодій між людьми, що ґрунтується на емоційній взаємності – симпатії чи антипатії, довірі, повазі, прийнятті або відторгненні, які є невід’ємними складниками людських почуттів. Такі відносини можуть мати як позитивні, так і негативні наслідки, впливаючи на особливості поведінки індивіда у суспільстві та на його психоемоційний стан.

Значення міжособистісних контактів проявляється також у процесах формування самооцінки, упевненості у власних силах і відчуття приналежності до певної соціальної спільноти. Саме через досвід взаємодії з іншими людиною осмислює себе, вибудовує систему власних цінностей та визначає своє місце у світі. Таким чином, міжособистісні зв'язки є основою розвитку самосвідомості, самовизначення та становлення цілісної ідентичності.

Вони також забезпечують людині соціальну підтримку, що проявляється у відчутті причетності до групи, отриманні допомоги, схвалення та емоційної близькості, що безпосередньо підсилює психологічне благополуччя. Спілкування з іншими формує уявлення особистості про саму себе, оскільки оцінки, реакції та віддзеркалення з боку оточення стають важливим чинником у становленні адекватної самооцінки. Крім того, саме через взаємодію людиною розвиває емоційну сферу – вчиться розпізнавати, виражати і регулювати власні почуття, а також розуміти й співпереживати іншим. Міжособистісні контакти сприяють формуванню соціальних навичок, таких як комунікативна компетентність, здатність до співпраці, конструктивне вирішення конфліктів і проблемних ситуацій. Не менш важливою є їхня роль у збереженні фізичного та психічного здоров'я, оскільки якість взаємин часто визначає рівень стресостійкості, життєвої енергії та емоційної стабільності.

Проблематика міжособистісних відносин тривалий час привертала увагу багатьох дослідників, що зумовило появу численних теоретичних концепцій і підходів до її вивчення. Одним із перших, хто акцентував увагу на цьому аспекті, був засновник психоаналізу Зігмунд Фройд, який підкреслював вирішальне значення ранніх дитячих стосунків у процесі формування особистості. Його послідовник Альфред Адлер, розвиваючи ідеї Фрейда, наголошував на важливості соціального інтересу та прагнення до переваги як ключових детермінант міжособистісної взаємодії [32].

Суттєвий внесок у розуміння цієї проблеми зробив німецький психолог Курт Левін – засновник сучасної соціальної психології. Його теорія поля стала основою для розгляду міжособистісних відносин як динамічної системи, у якій кожна людина є частиною соціального простору, що поєднує внутрішні мотиваційні сили та зовнішні обставини. На думку Левіна, поведінку індивіда у взаємодії з іншими можна передбачити, аналізуючи саме цю взаємодію внутрішніх і зовнішніх чинників [20].

Вагомим є внесок і американського психіатра Гарі Стека Саллівана, який розробив інтерперсональну теорію психіатрії, що визначає провідну роль міжособистісних зв'язків у розвитку особистості. Учений вважав, що особистісні якості формуються в контексті взаємодій із соціальним оточенням, а психологічні розлади часто виникають як наслідок порушених або дисгармонійних відносин [6]. Дослідження Саллівана зосереджувалися переважно на дитячому та підлітковому віці, коли соціальні навички закладаються найінтенсивніше.

Не менш поширеною є концепція міжособистісної взаємодії Карла Роджерса – представника гуманістичної психології, який розглядав міжособистісні взаємини як необхідну умову гармонійного розвитку людини [32]. У межах своєї теорії він наголошував на унікальності кожного індивіда, підкреслюючи, що справжнє розкриття потенціалу можливе лише в атмосфері щирості, емпатії та безумовного прийняття. Роджерс зазначав, що людині необхідно перебувати серед тих, хто надає підтримку й визнає її цінність, адже саме це сприяє становленню гармонійної, соціально зрілої особистості.

Істотне значення для розуміння розвитку міжособистісних зв'язків має також концепція психосоціального розвитку Еріка Еріксона [20]. Він довів, що на кожному віковому етапі існують специфічні соціальні виклики, які формують здатність до побудови довіри, близькості, дружби та любові. Зокрема, перші взаємини дитини з батьками на етапі «довіра проти недовіри»

закладають фундамент подальшої соціальної адаптації, тоді як у зрілому віці провідну роль відіграє здатність створювати стабільні емоційні зв'язки.

Не можна оминати увагою і теорію прихильності Джона Боулбі, що стала однією з ключових у дослідженні природи людських стосунків [20]. Учений стверджував, що емоційний зв'язок, який встановлюється між немовлям і його опікуном, має тривалий вплив на подальшу здатність формувати близькі взаємини. Порушення цієї прихильності може призвести до труднощів у соціальних контактах і стати підґрунтям психологічних проблем у дорослому житті.

Отже, міжособистісні відносини є однією з центральних сфер активності людини, оскільки вони визначають її емоційне благополуччя, формують ідентичність і впливають на ефективність соціальної поведінки. Людина не може існувати ізольовано від соціального контексту – її становлення відбувається через постійну взаємодію з оточенням. Ці зв'язки забезпечують задоволення базових потреб у любові, приналежності та визнанні. Нестача або відсутність міжособистісних контактів спричиняє почуття самотності, ізоляцію, депресивні стани й інші дезадаптивні прояви, тоді як гармонійні взаємини сприяють розвитку впевненості, підвищенню самооцінки та формуванню здатності самостійно долати труднощі.

У сучасній психології розроблено класифікації видів міжособистісних стосунків, що охоплюють приятелювання, знайомство, дружбу, родинні, любовні, подружні, товариські та деструктивні форми [3]. В основу таких систематизацій покладено глибину емоційного залучення, функціональні особливості взаємодії та вибірковість партнерів.

На сучасному етапі дослідження цієї проблематики охоплюють питання конфліктології, комунікації, соціальної перцепції, емоційного інтелекту та інших сфер, що визначають якість людських зв'язків. Таким чином, міжособистісні відносини становлять складний і багатогранний феномен, який безпосередньо впливає на особистісний розвиток, психічне здоров'я та соціальну ефективність людини. Внесок таких учених, як К.

Левін, Г. С. Салліван, К. Роджерс, Е. Еріксон і Дж. Боулбі, дав змогу глибше зрозуміти природу цих взаємодій, а сучасні наукові дослідження продовжують розширювати уявлення про їх динаміку, функції та вплив на розвиток особистості.

1.3. Особливості міжособистісної взаємодії у різні вікові періоди

Специфіка міжособистісної взаємодії на різних етапах життєвого шляху людини відображає як фізіологічні, так і психологічні трансформації, що супроводжують індивіда протягом його розвитку. Кожна вікова стадія характеризується своєрідними особливостями у способах комунікації, побудові взаємозв'язків і формуванні довіри до соціального оточення. В. Гаврюшенко розглядає взаємодію як процес обміну діями між двома або кількома індивідами, спрямований на організацію спільної діяльності для досягнення колективних результатів. У процесі взаємодії люди не лише здійснюють певні дії, а й вибудовують систему узгоджених зв'язків, формують спільні цілі та координують зусилля для їх реалізації. Такий процес передбачає функціональний розподіл ролей і обов'язків між учасниками, що забезпечує продуктивне розв'язання поставлених завдань [6].

За спостереженнями В. Харченка, взаємодія передбачає постійне узгодження власних дій із поведінкою партнера, що сприяє досягненню гармонії у спільній діяльності. Цей процес включає взаємний контроль, підтримку, обмін допомогою, а також вплив кожного учасника на кінцевий результат. У ході комунікації люди не просто обмінюються інформацією, а створюють спільну систему норм і правил, які регулюють поведінку в межах спільної діяльності. Такий підхід дозволяє уникнути неузгодженостей між процесами спілкування і взаємодії, роблячи співпрацю більш узгодженою, ефективною та результативною [40].

Н. О. Юдіна підкреслює, що у психологічній науці взаємодія зазвичай поділяється на два головні типи – співробітництво і суперництво.

Співробітництво означає спільну діяльність, у якій учасники координують свої зусилля, обмінюються знаннями, ресурсами та досвідом задля досягнення позитивного спільного результату. Такий тип взаємодії ґрунтується на взаємній підтримці, згоді, гармонії та орієнтації на колективний успіх, і може позначатися поняттями «кооперація», «згода», «пристосування» або «асоціація». На противагу цьому, суперництво характеризується розбіжностями інтересів між учасниками, що може призводити до конфліктів, конкуренції чи опозиційних взаємин. У таких випадках досягнення спільної мети ускладнюється, а атмосфера взаємодії набуває напруженого характеру. Поняття суперництва нерідко співвідносять із такими категоріями, як «конфлікт», «дисоціація» або «опозиція» [44]. О. Іванова доповнює, що інша класифікація взаємодії враховує кількісний аспект – тобто кількість учасників. Залежно від цього взаємодія може бути міжособистісною (між двома людьми), міжгруповою або відбуватися між індивідом і групою. Кожен із цих видів має власну динаміку і закономірності, що зумовлені складом учасників та специфікою їхніх контактів [16].

Васюк К. М. зазначає, що для дитячого віку характерна емоційна забарвленість міжособистісних відносин, які базуються на потребі у захисті, турботі та підтримці з боку дорослих. У цей період дитина опановує соціальні норми через ігрову діяльність, спілкування з однолітками й дорослими, що формує первинні уявлення про довіру та взаємодію. Значущість батьків і вихователів як авторитетних фігур зумовлює відчуття стабільності й безпеки, які виступають основою для подальшого розвитку соціальних компетентностей і міжособистісних стосунків [4].

А. Васильєва підкреслює, що у підлітковому віці комунікативна діяльність ускладнюється: підлітки прагнуть до самостійності, дистанціюються від батьків і водночас шукають визнання серед ровесників. Саме в колі однолітків формуються нові способи соціальної взаємодії, що відіграють важливу роль у становленні самооцінки. Довіра у цей період часто набуває вибіркового характеру – вона спрямована переважно на друзів, від

яких підліток очікує підтримки, розуміння і прийняття. При цьому до дорослих формується певна недовіра або скепсис, пов'язаний із прагненням утвердити власну автономію [3].

Л. П. Матяш-Заяц вважає, що у юнацькому та ранньому дорослому віці міжособистісна взаємодія виходить на новий рівень – формується орієнтація на стабільні й зрілі стосунки, як особистісні, так і професійні. Молодь починає активно реалізовувати себе в соціумі, будуючи кар'єру, створюючи сім'ю, формуючи коло спілкування. Основою взаємодії стає довіра, що виникає з досвіду спільної діяльності, взаємної підтримки, відповідальності та співучасті. Цей період характеризується прагненням до співпраці та налагодження конструктивних контактів, які сприяють як особистісному розвитку, так і професійним досягненням [26].

Корнієнко В.В. з колегами зазначають, що в середньому віці міжособистісні зв'язки набувають більшої стабільності, адже люди вже мають значний досвід комунікації у різних соціальних сферах. У цей час переважають глибокі, тривалі стосунки, зокрема в родині, серед колег і друзів. Довіра формується на основі минулого досвіду, спільно пережитих ситуацій і накопичених життєвих уроків. Міжособистісна взаємодія в середньому віці стає більш усвідомленою і відповідальною; люди прагнуть до гармонійного поєднання професійної діяльності з особистим життям, що сприяє підтримці психологічного благополуччя та емоційної рівноваги [21].

Тарасюк Г. П. вказує, що у старшому віці соціальні контакти можуть звужуватися через фізичні чи соціальні обмеження, проте залишаються надзвичайно значущими з емоційного погляду. Перевага надається тісним зв'язкам із родичами та найближчими друзями, які є джерелом підтримки та розуміння. У цей період довіра стає більш глибокою, спирається на багаторічний досвід і виявляється через турботу, взаємодопомогу та емоційну залученість. Спілкування виконує функцію підтримки внутрішньої рівноваги та компенсує почуття самотності, що часто супроводжує пізній етап життя [36].

Таким чином, міжособистісна взаємодія на різних вікових етапах змінюється відповідно до життєвих завдань, фізіологічних і психологічних особливостей розвитку людини. У кожному віковому періоді довіра постає як ключовий чинник, що визначає якість контактів і ефективність соціальної взаємодії, проте її прояви та форми залежать від рівня зрілості, життєвого досвіду й особистісних потреб індивіда.

Висновки до розділу I

1. Феномен залежності від соціальних мереж є складним і багатовимірним утворенням, що поєднує когнітивні, емоційні, поведінкові та соціальні компоненти. Соціальні мережі, виступаючи потужним інструментом самовираження, комунікації та соціалізації, водночас створюють ризики формування адиктивної поведінки, зниження рівня психологічного благополуччя, деформації самооцінки й посилення ескапістських тенденцій. Їхній вплив має амбівалентний характер: з одного боку, мережеві платформи сприяють творчості, інформаційній доступності й підтримці соціальних зв'язків; з іншого – провокують надмірну емоційну залученість, залежність від зовнішнього схвалення, соціальну дезадаптацію та підміну реальної взаємодії віртуальною. Таким чином, оптимальне використання соціальних мереж потребує розвитку критичного мислення, емоційної саморегуляції й культури цифрової поведінки, що дозволяє мінімізувати ризики та зберегти психологічну рівновагу особистості.

2. Міжособистісна взаємодія становить базову передумову існування людини, оскільки саме завдяки їй вибудовується особистісна ідентичність, розвиваються соціальні, комунікативні та емоційні компетентності, а також формується рівень суб'єктивного благополуччя. Це складна система контактів, що спирається на взаємну симпатію, довіру, повагу або ж антипатію, і безпосередньо впливає на соціальну поведінку індивіда. Вона задовольняє фундаментальні потреби у любові, приналежності й прийнятті, виступаючи чинником формування самооцінки, соціальної адаптації та

особистісного розвитку. Міжособистісні стосунки є визначальними на всіх вікових етапах, впливаючи як на позитивну динаміку розвитку, так і на виникнення емоційної ізоляції чи психологічних труднощів. Таким чином, міжособистісна взаємодія розглядається як багатовимірний процес обміну почуттями, досвідом і впливом, який забезпечує становлення особистості та побудову її соціальних зв'язків.

3. Міжособистісна взаємодія є динамічним багаторівневим процесом, який змінюється разом із віковим розвитком людини, відображаючи особливості її соціалізації, комунікативних потреб та рівня особистісної зрілості. На різних етапах життєвого циклу змінюються структура, зміст і мотиваційна основа спілкування: у дитинстві воно спирається на емоційну прихильність і потребу в безпеці, у підлітковому віці – на прагнення до автономії та прийняття з боку ровесників, у юності – на побудову довірливих партнерських і професійних стосунків, у середньому віці – на стабільність і взаємну відповідальність, а в похилому – на емоційну підтримку та турботу. Центральною детермінантою, що визначає якість взаємодії на всіх вікових етапах, виступає довіра, яка, видозмінюючись разом із психологічним розвитком особистості, забезпечує її ефективну соціальну інтеграцію й адаптацію в системі людських відносин.

РОЗДІЛ II. МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ, ЗАЛЕЖНИХ ВІД СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ

2.1. Мета, завдання, гіпотеза опис вибірки

Мета: дослідити особливості міжособистісної взаємодії осіб юнацького віку, залежних від соціальних мереж.

Завдання: 1) Дослідити рівень виразності залежності від соціальних мереж осіб юнацького віку.

2) Дослідити показники міжособистісної взаємодії осіб юнацького віку.

3) Визначити особливості міжособистісної взаємодії осіб юнацького віку, залежних від соціальних мереж.

Гіпотеза: ми припускаємо, що залежні від соціальних мереж особи юнацького віку демонструватимуть меншу продуктивність міжособистісної взаємодії у всіх її компонентах (мотиваційному, емоційному, когнітивному та вольовому), ніж їхні однолітки без ознак залежності.

Опис вибірки. У дослідженні взяло участь 67 осіб юнацького віку (15-20 років), що на момент опитування знаходилися в Україні. Серед них – 36 хлопців та 31 дівчина. Усі досліджувані мали досвід користування соцмережами. Збір і опрацювання даних здійснювалися за отримання інформованої згоди представників вибірки на участь у дослідженні.

2.2. Методики дослідження

Методики: 1) Для діагностики мотиваційного компоненту міжособистісної взаємодії – Тест діагностика потреби у спілкуванні (М. Попіль).

2) Для діагностики емоційного компоненту міжособистісної взаємодії – Методика діагностики емоційних бар'єрів в міжособистісному спілкуванні (Д. Ларіна).

3) Для діагностики когнітивного компоненту міжособистісної взаємодії – Методика діагностики комунікативної соціальної компетентності (С.В. Сіненкова).

4) Для діагностики вольового компоненту міжособистісної взаємодії – Методика дослідження комунікативної імпульсивності (М.В. Лемак, В.Ю. Петрище).

5) Для діагностики залежності від соціальних мереж – Шкала залежності від соціальних мереж (M. G. Shahnawaz, U. Rehman - Social Networking Addiction Scale). Адаптація: Севост'янов П. О., Яновська С.Г., Туренко Р.Л.; Пивовар Д. Є.

В ході опрацювання даних використовувалися описові статистики, кластерний аналіз методом к-середніх, критерій Колмогорова-Смирнова для перевірки нормальності розподілу та метод Краскела-Уолліса для порівняльного аналізу незалежних вибірок.

Поглянемо на методики більш ретельно.

Тест діагностики потреби у спілкуванні. Метою методики є виявлення рівня виразності потреби особистості у спілкуванні, що проявляється у прагненні встановлювати соціальні контакти, підтримувати взаємодію з іншими людьми, отримувати задоволення від комунікації та орієнтуватися на міжособистісні стосунки.

Опитувальник складається з 33 тверджень, які відображають різні аспекти соціальної спрямованості особистості. Досліджуваний обирає варіант відповіді, який найбільшою мірою відповідає його звичній поведінці або ставленню.

Методика містить одну інтегральну шкалу – «Потреба у спілкуванні», яка відображає загальне прагнення до контактів із людьми, ступінь соціальної активності та комунікативної ініціативності. Високі показники за цією шкалою вказують на відкритість, товарицькість, схильність до частих соціальних контактів і задоволення від комунікативних процесів. Помірні значення характеризують збалансованість між потребою у спілкуванні та

схильністю до самотійності, а низькі – відображають інтровертованість, обмежену соціальну ініціативу та прагнення уникати надмірних контактів.

Інтерпретація результатів здійснюється відповідно до кількісних критеріїв:

- 0–11 балів – низький рівень потреби у спілкуванні;
- 12–22 бали – помірний рівень;
- 23–31 бал – високий рівень.

Таким чином, методика дає змогу оцінити загальну соціальну орієнтацію особистості та визначити міру її комунікативної включеності у взаємодію з оточенням.

Методика діагностики емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні. Дана методика призначена для виявлення наявності та виразності емоційних бар'єрів, які ускладнюють процес міжособистісного спілкування та знижують його ефективність. Емоційні бар'єри розуміються як внутрішні психологічні утруднення, що зумовлюють неадекватне вираження почуттів, підвищену емоційну напругу або уникнення емоційних контактів.

Опитувальник дозволяє оцінити кілька аспектів емоційної сфери комунікації, що представлені у вигляді п'яти шкал:

Невміння керувати емоціями, дозувати їх – відображає ступінь володіння власними емоційними реакціями. Високі показники свідчать про емоційну імпульсивність, труднощі в самоконтролі, схильність до надмірних афективних проявів.

Неадекватний прояв емоцій – характеризує невідповідність між внутрішніми переживаннями та зовнішнім їх вираженням, що може призводити до непорозумінь у спілкуванні.

Негнучкість і невиразність емоцій – показує обмежений емоційний репертуар, одноманітність проявів, труднощі у вираженні почуттів у відповідності до ситуації.

Домінування негативних емоцій – вказує на переважання в емоційній сфері дратівливості, підозрливості, агресивності чи тривожності, що створює напруження у міжособистісних контактах.

Небажання зближуватися з людьми на емоційній основі – описує схильність уникати емоційної близькості, замикатися у собі, не довіряти почуттям інших.

Кожна шкала оцінюється за сумою балів, а також розраховується середній показник виразності емоційних бар'єрів. Результат може варіюватися від 0 до 5 балів:

- до 1,8 балів – емоційні бар'єри практично відсутні, емоційна сфера не заважає спілкуванню;
- 1,8-2,9 балів – незначні труднощі в емоційному самовираженні;
- 3,0-3,9 балів – помірні емоційні ускладнення у взаємодії;
- 4,0-5,0 – суттєві емоційні бар'єри, що негативно впливають на міжособистісні стосунки.

Отримані результати дозволяють визначити, наскільки емоційна сфера особистості сприяє чи, навпаки, заважає ефективному комунікативному процесу.

Методика діагностики комунікативної соціальної компетентності.

Методика призначена для комплексної оцінки комунікативної соціальної компетентності, тобто здатності особистості ефективно взаємодіяти з іншими людьми в різноманітних соціальних ситуаціях, досягати взаєморозуміння, проявляти гнучкість і впевненість у спілкуванні.

Опитувальник складається зі 100 тверджень, до кожного з яких пропонується три варіанти відповідей. Отримані результати узагальнюються за низкою факторів, що в сукупності формують профіль комунікативної компетентності:

Фактор А – відкритість. Характеризує рівень товариськості, готовність до взаємодії, довіру до інших людей. Високі показники свідчать про соціальну активність і комунікативну ініціативу.

Фактор В – кмітливість. Відображає логічність, гнучкість мислення, уміння швидко орієнтуватися у нових соціальних ситуаціях.

Фактор С – емоційна стійкість. Визначає рівень врівноваженості, уміння зберігати спокій під час конфліктів, психологічну зрілість.

Фактор Д – життєрадісність. Показує позитивне ставлення до життя, оптимізм, доброзичливість, що сприяє легкому встановленню контактів.

Фактор К – чуйність. Відображає емпатійність, здатність розуміти емоційний стан співрозмовника, проникливість.

Фактор М – орієнтація у рішеннях на себе. Вказує на самостійність суджень, відповідальність за власні рішення, незалежність від соціального тиску.

Фактор Н – самоконтроль. Характеризує вміння контролювати поведінку, дотримуватися соціальних норм, зберігати адекватність у стресових умовах.

Фактор П – асоціальність. Відображає схильність до порушення соціальних норм, егоцентричність, низький рівень соціальної відповідальності.

Додатково обчислюється шкала брехні, що дає можливість оцінити достовірність відповідей: перевищення 12 балів може свідчити про спотворення самооцінки або прагнення представити себе у кращому світлі.

Результати за більшістю факторів оцінюються в межах від 0 до 20 балів:

- 0–7 балів – низький рівень виразності якості;
- 8–15 – середній;
- 16–20 – високий.

Для шкали «П – асоціальність» діапазон становить 0–40 балів, де 0–14 – низький рівень, 15–30 – помірний, 31–40 – високий.

Таким чином, методика дозволяє створити всебічний психологічний портрет комунікативної компетентності особистості, що охоплює когнітивні, емоційні та поведінкові аспекти соціальної взаємодії.

Методика дослідження комунікативної імпульсивності. Метою методики є визначення рівня комунікативної імпульсивності, тобто схильності особистості до швидких, недостатньо обдуманих висловлювань та реакцій у процесі спілкування. Така імпульсивність може проявлятися у поспішних відповідях, труднощах із самоконтролем, частих конфліктах через необдумані слова чи дії.

Опитувальник складається з 20 тверджень, до кожного з яких пропонується оцінка за 4-бальною шкалою (від 1 до 4). Підсумковий показник є сумою балів і відображає загальний рівень імпульсивності у комунікативній поведінці.

Інтерпретація результатів здійснюється за такими критеріями:

- 20–40 балів – низький рівень комунікативної імпульсивності, що характеризує врівноваженість, обережність у висловлюваннях, високу саморегуляцію;
- 41–60 балів – помірний рівень, що свідчить про гнучкість і природність у спілкуванні без надмірної емоційності;
- 61–80 балів – високий рівень імпульсивності, який може ускладнювати соціальні стосунки, провокувати конфліктні ситуації та непорозуміння.

Методика дає змогу оцінити індивідуальний стиль поведінки у комунікації та визначити міру контрольованості емоційних і мовленнєвих реакцій.

Шкала залежності від соціальних мереж. Дана методика спрямована на вимірювання рівня психологічної залежності від соціальних мереж як феномену сучасного цифрового середовища. Вона дозволяє оцінити, наскільки активно соціальні мережі інтегровані у життя людини, чи викликають вони емоційні реакції у випадку неможливості доступу, а також чи призводять до соціальних конфліктів.

Опитувальник містить 11 пунктів, відповіді на які подаються за 7-бальною шкалою від 1 («абсолютно не згоден») до 7 («повністю згоден»).

Розраховуються три фактори та інтегральний показник загальної залежності від соціальних мереж:

- Значущість соціальних мереж. Відображає міру, в якій соціальні мережі займають центральне місце у житті досліджуваного, наскільки вони впливають на його самопочуття, дозвілля, спілкування.
- Самопочуття за неможливості користування соціальними мережами. Характеризує рівень психологічного дискомфорту або тривожності у ситуаціях, коли доступ до соціальних мереж обмежений.
- Конфлікт через соціальні мережі. Визначає ступінь конфліктності у взаєминах із близькими, друзями чи колегами, що виникає через надмірне використання соціальних платформ.

Крім того, розраховується загальний інтегральний показник залежності від соціальних мереж, який відображає сумарну міру залученості особистості у цифровий простір і впливу цього чинника на її поведінку.

Нормативні значення для чоловіків: інтегральний показник – $31,88 \pm 10,5$; для жінок: $36,35 \pm 12,2$.

Для окремих факторів середні норми такі:

- «Значущість соціальних мереж» – чоловіки $15,72 \pm 5,1$; жінки $17,98 \pm 5,5$;
- «Самопочуття за неможливості користування» – чоловіки $10,01 \pm 5,3$; жінки $11,87 \pm 6,3$;
- «Конфлікт через соціальні мережі» – чоловіки $6,14 \pm 3,8$; жінки $6,50 \pm 3,8$.

Високі значення свідчать про значну психологічну залежність, тоді як низькі – про здорове, контрольоване користування соціальними мережами.

Висновки до розділу II

Вибірка дослідження сформована з 67 осіб юнацького віку (15–20 років), що забезпечує достатній емпіричний матеріал для аналізу особливостей міжособистісної взаємодії у контексті соціальної мережевої залежності. Репрезентативність вибірки підтримується збалансованим гендерним співвідношенням (36 хлопців і 31 дівчина) та наявністю досвіду активного користування соціальними мережами в усіх респондентів. Дотримання принципів добровільності та інформованої згоди забезпечує етичну коректність і достовірність отриманих результатів.

Комплекс використаних психодіагностичних методик є науково обґрунтованим і відповідає меті та завданням дослідження. Відібрані інструменти дозволяють всебічно оцінити основні компоненти міжособистісної взаємодії – мотиваційний (тест діагностики потреби у спілкуванні М. Попіль), емоційний (методика Д. Ларіної), когнітивний (методика С.В. Сіненкової) та вольовий (методика М.В. Лемак і В.Ю. Петрище) – а також рівень залежності від соціальних мереж (шкала Shahnawaz & Rehman у вітчизняній адаптації Севост'янова, Яновської, Туренко та Пивовар). Використання зазначених методик забезпечує комплексний, багаторівневий підхід до аналізу феномену міжособистісної взаємодії в осіб із різним ступенем залежності від соціальних мереж.

Статистична обробка емпіричних даних здійснювалася із застосуванням сучасних методів математичного аналізу, що забезпечують об'єктивність і надійність інтерпретації результатів. Використання критерію Колмогорова–Смирнова дало змогу перевірити нормальність розподілу вибірки, кластерний аналіз методом к-середніх – виокремити групи досліджуваних із різним рівнем соціальної мережевої залежності, а критерій Краскела–Уолліса – виявити статистично значущі відмінності між незалежними вибірками.

РОЗДІЛ III. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ, ЗАЛЕЖНИХ ВІД СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ

3.1. Перевірка розподілу даних за досліджуваними показниками

Перш ніж приступати до основного блоку обчислень результатів дослідження, проведемо аналіз розподілу шкал показників, що вивчаються в межах нашої роботи із застосуванням критерію Колмогорова-Смирнова. Така перевірка дозволить у подальшому підібрати найбільш адекватний метод порівняльного аналізу груп учасників з різними рівнями виразності залежності від соціальних мереж. Отже, результати перевірки аналізованих шкал на нормальність представлено у таблиці 3.1.

Таблиця 3.1

Результати перевірки нормальності розподілу за досліджуваними шкалами із застосуванням критерію Колмогорова-Смирнова

Шкала	Значення критерію	P (2-ст.)
Значущість (СМ)	,138	,003
Самопочуття (СМ)	,206	,000
Конфлікт (СМ)	,150	,001
Потреба у спілкуванні	,251	,000
Невміння керувати емоціями	,177	,000
Неадекватний прояв емоцій	,196	,000
Негнучкість та невиразн. ем.	,172	,000
Домінування негативних ем.	,232	,000
Небажання зближ.	,229	,000
А - відкритість	,129	,007
В - кмітливність	,161	,000
С - емоц. стійкість	,245	,000
Д - життєрадісність	,162	,000
К - чуйність	,090	,200
М - орієнт. ріш. на себе	,208	,000
Н - самоконтроль	,205	,000
П - асоціальність	,112	,037
Л - шк. брехні	,173	,000
Комунікативна імпульсивність	,091	,200

Отримані результати вказують на те, що за більшістю шкал отримано розподіл, що не відповідає нормальному (лише «К - чуйність», та «Комунікативна імпульсивність» мають нормальний розподіл). Отже, надалі, коли ми будемо проводити порівняльний аналіз груп учасників з різними рівнями виразності залежності від соціальних мереж, ми матимемо застосовувати непараметричний метод, - що дозволить очікувати максимально точні результати.

3.2. Дослідження показників міжособистісної взаємодії осіб юнацького віку

У таблиці 3.2 наведено результати обчислення описових статистик, отриманих на основі застосування Тесту діагностики потреби у спілкуванні

Таблиця 3.2

Результати обчислення описових статистик, отриманих на основі застосування Тесту діагностики потреби у спілкуванні

Шкала	Мінімум	Максимум	Середнє	Ст. відх.
Потреба у спілкуванні	3,00	33,00	15,88	4,84

Як видно з таблиці 3.2, рівень виразності потреби у спілкуванні досліджуваних осіб юнацького віку є помірним.

Ми схилиємося до думки, що такі результати свідчать про те, що більшість респондентів проявляють помірний інтерес до соціальних контактів – вони не є ані виражено інтровертованими та соціально відстороненими, ані надмірно шукальними соціальної взаємодії. Такий профіль може означати відносну гнучкість у виборі ступеня залучення в комунікативні ситуації: юнаки зазвичай здатні ініціювати спілкування у ситуаціях, де бачать користь або комфорт, але одночасно можуть утримуватися від надмірної соціальної активності в умовах переповненості або емоційного дискомфорту. З практичної точки зору, помірний рівень потреби у спілкуванні оптимальний для адаптивної соціальної поведінки в

навчальному та побутовому середовищі – він дає шанс на продуктивну інтеграцію у групи і водночас мінімізує ризик соціальної перевантаженості.

Далі розглянемо результати обчислення описових статистик, отриманих на основі застосування Методики діагностики емоційних бар'єрів в міжособистісному спілкуванні (таблиця 3.3).

Таблиця 3.3

Результати обчислення описових статистик, отриманих на основі застосування Методики діагностики емоційних бар'єрів в міжособистісному спілкуванні

Шкала	Мінімум	Максимум	Середнє	Ст. відх.
Невміння керувати емоціями	0,00	5,00	3,03	1,28
Неадекватний прояв емоцій	0,00	5,00	2,91	1,33
Негнучкість та невиразн. ем.	0,00	5,00	2,79	1,35
Домінування негативних ем.	0,00	5,00	2,96	1,15
Небажання зближ.	0,00	5,00	2,82	1,34

З отриманих результатів ми бачимо, що показники за шкалами неадекватності прояву емоцій, негнучкості та невиразності емоцій, домінування негативних емоцій та небажання емоційного зближення знаходяться на рівні, що відображує лише незначні труднощі в емоційному самовираженні, - тобто, такі труднощі, які мало впливають на успішність досліджуваних юнаків у комунікації. Показник невміння керувати емоціями знаходиться на рівні помірних емоційних ускладнень у взаємодії.

Ми вважаємо, що такий результат вказує на те, що юнаки загалом володіють достатнім рівнем емоційного самовираження і не демонструють стійких ознак емоційної закритості або хронічної негативної емоційності, які б перешкождали встановленню контактів. Водночас показник «невміння керувати емоціями», що має помірний рівень, вказує на існування певних проблем у контролі емоційних реакцій: у стресових або конфліктних ситуаціях деякі респонденти можуть реагувати імпульсивно, демонструвати коливання настрою або тимчасово втрачати адекватність емоційних проявів, що може ускладнювати підтримання конструктивної комунікації.

Далі поглянемо на результати обчислення описових статистик, отриманих на основі застосування Методики діагностики комунікативної соціальної компетентності (таблиця 3.4).

Таблиця 3.4

Результати обчислення описових статистик, отриманих на основі застосування Методики діагностики комунікативної соціальної компетентності

Шкала	Мінімум	Максимум	Середнє	Ст. відх.
А - відкритість	3,00	20,00	13,40	3,79
В - кмітливість	0,00	20,00	9,79	6,43
С - емоц. стійкість	2,00	18,00	10,73	3,27
Д - життєрадісність	0,00	18,00	10,06	4,33
К - чуйність	1,00	17,00	9,52	3,69
М - орієнт. ріш. на себе	1,00	19,00	10,06	3,56
Н - самоконтроль	2,00	17,00	9,51	3,09
П - асоціальність	2,00	34,00	18,57	7,09
Л - шк. брехні	0,00	9,00	5,09	2,62

Як можна бачити з таблиці 3.4, отримані результати свідчать про те, що комунікативна соціальна компетентність за всіма її складовими у досліджуваних юнаків є розвиненою помірно.

Ці дані можуть свідчити про наявність у досліджуваних базових умінь, необхідних для ефективною навігації у міжособистісних та навчальних ситуаціях (наприклад, адекватне відчуття власних меж, базова чутливість до партнера, здатність до самоконтролю в повсякденних взаємодіях), але одночасно позначає потенціал для підвищення рівня цих компетенцій. Помірний рівень емоційної стійкості та самоконтролю допускає, що під впливом стресу або психологічного тиску деякі юнаки можуть демонструвати зниження ефективності соціальної взаємодії; помірна кмітливість і відкритість означають достатню, але не виражену ініціативу в налагодженні контактів і вирішенні міжособистісних завдань. Практично це означає, що група в цілому адаптована до типової соціальної активності.

Поглянемо на результати обчислення описових статистик, отриманих на основі застосування Методики дослідження комунікативної імпульсивності (таблиця 3.5).

Таблиця 3.5

Результати обчислення описових статистик, отриманих на основі застосування Методики дослідження комунікативної імпульсивності

Шкала	Мінімум	Максимум	Середнє	Ст. відх.
Комунікативна імпульсивність	24,00	78,00	46,48	14,38

Отримані результати свідчать про помірний рівень комунікативної імпульсивності досліджуваних юнаків.

З огляду на отримані результати, маємо зазначити, що у звичних умовах юнаки контролюють імпульси в розмові і нечасто допускають різкі або непродумані висловлювання; однак за наявності сильного емоційного збудження, провокації або групового тиску частина респондентів може показати імпульсивні реакції, які ускладнюють діалог, знижують якість вирішення конфліктів або створюють соціальне напруження. Помірний рівень імпульсивності також узгоджується з попередніми висновками про помірні проблеми у емоційній регуляції і загальну помірну комунікативну компетентність: разом ці профілі дають уявлення про зазвичай адаптивну, але потенційно вразливу систему поведінки у критичних ситуаціях.

Узагальнюючи отримані результати, маємо сказати, що вибірка юнаків демонструє в цілому помірний рівень соціально-комунікативної активності, помірні можливі труднощі в емоційній регуляції і імпульсивності та помірний рівень розвитку комунікативно-соціальних компетенцій; така конфігурація є сприятливою для адаптації у типовому соціальному середовищі, але водночас вказує на резерви і необхідність подальшого розвитку.

3.3. Дослідження залежності від соціальних мереж осіб юнацького віку

Проведемо аналіз результатів обчислення описових статистик, отриманих на основі застосування Шкали залежності від соціальних мереж (таблиця 3.6).

Таблиця 3.6

Результати обчислення описових статистик, отриманих на основі застосування Шкали залежності від соціальних мереж

Шкала	Мінімум	Максимум	Середнє	Ст. відх.
Значущість (СМ)	5,00	28,00	15,75	5,53
Самопочуття (СМ)	4,00	27,00	12,67	4,72
Конфлікт (СМ)	3,00	21,00	8,33	3,77

Як можна бачити з отриманих даних, рівень залежності від соціальних мереж досліджуваних юнаків за всіма її складовими знаходиться в межах норми.

На наш погляд, отримані результати означають, що соціальні мережі виконують певну функцію у житті досліджуваних, але не є домінуючим фактором, що б суттєво порушував їх психологічне благополуччя або соціальні контакти.

З наукової точки зору, такі результати можна пояснити особливостями юнацького віку. Від 16 до 20 років (що співпадає з віковим діапазоном нашої вибірки) відбувається активна соціалізація та формування особистісної ідентичності. Молоді люди прагнуть підтримувати контакти з однолітками, орієнтовані на групову взаємодію та відчуття належності до соціальних мереж спільнот, але одночасно вони здатні регулювати власну поведінку та балансувати між онлайн- та офлайн-активностями.

Фактор «значущість соціальних мереж», який виявився середнім, відображає, що соціальні платформи мають певне значення для дозвілля, комунікації та самовираження, проте не займають абсолютного центрального місця у структурі повсякденного життя. Це відповідає психологічним

закономірностям юнацького віку, коли особистість активно експериментує з різними формами соціальної взаємодії, але ще зберігає здатність до самоконтролю та критичного оцінювання власних дій.

Середній рівень дискомфорту у випадку неможливості користування соціальними мережами свідчить про те, що хоча соціальні платформи є важливим каналом комунікації та джерелом інформації, юнаки здатні адаптуватися до тимчасової відсутності онлайн-контактів без значних психологічних втрат. Це узгоджується з особливостями когнітивного та емоційного розвитку у цьому віковому періоді: підлітки та молоді дорослі поступово опановують стратегії саморегуляції емоцій і контролю соціальної взаємодії.

Щодо фактору «конфлікт через соціальні мережі», середній рівень його виразності вказує, що використання соціальних платформ не провокує суттєвих проблем у міжособистісних відносинах. Це можна пояснити тим, що юнаки, перебуваючи на етапі формування автономії та соціальної компетентності, здатні ефективно інтегрувати цифрові взаємодії у свої повсякденні контакти з родиною та однолітками, уникати серйозних конфліктів або швидко їх розв'язувати.

Далі з метою виділення рівнів залежності від соціальних мереж досліджуваних було проведено кластеризацію вибірки на основі складових даного конструкту (значущість соцмереж, самопочуття за неможливості користування соцмережами та конфлікт через користування соцмережами). Аналіз F-критерію та рівномірності розподілу досліджуваних по групах показав, що виділення двох кластерів є оптимальною кількістю класифікації вибірки (таблиця 3.7).

Таблиця 3.7

Показники відмінностей двох виділених кластерів за шкалами залежності від соцмереж

	Кластер		ошибка		F	З (2-ст.)
	Середній квадрат	ст.св.	Середній квадрат	ст.св.		
Значущість (СМ)	1526,245	1	7,576	65	201,457	,000
Самопочуття (СМ)	921,327	1	8,422	65	109,391	,000
Конфлікт (СМ)	585,324	1	5,407	65	108,254	,000

Отже, у підсумку було отримано два кластери, кінцеві центри яких представлено у таблиці 3.8.

Таблиця 3.8

Кінцеві центри виявлених кластерів

	Кластер	
	1	2
Н досліджуваних	40	27
Значущість (СМ)	11,83	21,56
Самопочуття (СМ)	9,63	17,19
Конфлікт (СМ)	5,90	11,93

За результатами кластеризації ми бачимо два чітко окреслених рівня залежності від соціальних мереж, які розподілені по двох групах. До першого кластеру (40 осіб) увійшли особи юнацького віку, що мають середньовиразну (нормальну) залежність від соціальних мереж. До другого (27 осіб) – учасники, що мають високу виразність усіх складових залежностей.

Таким чином, отримані результати відображують відносно збалансовану інтеграцію цифрових технологій у соціальне та емоційне життя юнаків, яка відповідає віковим психологічним закономірностям соціалізації, розвитку самостійності та здатності до саморегуляції. Соціальні мережі виконують роль інструменту комунікації і самовираження, але не

перетворюються на фактор, що суттєво порушує психічне благополуччя або соціальні взаємодії.

3.4. Визначення особливостей міжособистісної взаємодії осіб юнацького віку, залежних від соціальних мереж

Далі виділені кластери були порівняні за показниками міжособистісної взаємодії.

Результати порівняльного аналізу за показником потреби у спілкуванні (Тест діагностики потреби у спілкуванні) представлено у таблиці 3.9.

Таблиця 3.9

Результати порівняльного аналізу кластерів за показником потреби у спілкуванні

Шкала	Кластер	Ср. ранг	U	W	Z	P (2-ст.)
Потреба у спілкуванні	1	34,79	508,5	886,5	-,408	,683
	2	32,83				

Як видно з отриманих результатів достовірної відмінності у мірі виразності потреби у спілкуванні між досліджуваними юнаками з високою залежністю від соціальних мереж та юнаками з помірною (відповідною нормі) залежністю від соціальних мереж не виявлено.

Результати свідчать, що незалежно від рівня залежності від соціальних мереж, юнаки мають подібний рівень мотивації до міжособистісного спілкування, що може означати те, що соціальні мережі не замінюють у них природну потребу контактувати з іншими людьми. Даний факт цілком відповідає закономірностям юнацького віку, коли потреба у спілкуванні залишається високою і є однією з ключових мотиваційних характеристик розвитку соціальної ідентичності. Юнаки шукають як офлайн-, так і онлайн-можливості для комунікації, при цьому залежність від соцмереж не змінює загальної потреби у контактах.

Результати порівняльного аналізу за показниками емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні (Методика діагностики емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні) представлено у таблиці 3.10.

Таблиця 3.10

Результати порівняльного аналізу кластерів за показниками емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні

Шкала	Кластер	Ср. ранг	U	W	Z	P (2-ст.)
Невміння керувати емоціями	1	29,54	361,5	1181,5	-2,352	,019
	2	40,61				
Неадекватний прояв емоцій	1	26,26	230,5	1050,5	-4,061	,000
	2	45,46				
Негнучкість та невиразн. ем.	1	28,14	305,5	1125,5	-3,069	,002
	2	42,69				
Домінування негативних ем.	1	30,13	385,0	1205,0	-2,071	,038
	2	39,74				
Небажання зближ.	1	26,96	258,5	1078,5	-3,728	,000
	2	44,43				

З таблиці 3.10 ми бачимо, що юнаки, які мають високу виразність залежності від соціальних мереж, демонструють достовірно вищі: невміння керувати емоціями, неадекватність прояву емоцій, негнучкість та невиразність емоцій, домінування негативних емоцій, та небажання емоційного зближення з іншими.

Достовірно більша виразність емоційних бар'єрів свідчить про складнощі у регуляції власних емоцій під час міжособистісної взаємодії. Невміння керувати емоціями, їх неадекватне проявлення та домінування негативних емоцій можуть бути пов'язані з тим, що активне користування соціальними мережами створює додаткове емоційне навантаження. Очевидно, онлайн-комунікація часто стимулює швидкі емоційні реакції, імпульсивні відповіді та підвищену тривожність. Юнаки, які проводять багато часу в соцмережах, можуть розвивати стратегії емоційного дистанціювання або уникання близького контакту, що й проявляється у високих показниках емоційних бар'єрів.

Результати порівняльного аналізу за показниками комунікативної соціальної компетентності (Методика діагностики комунікативної соціальної компетентності) представлено у таблиці 3.11.

Таблиця 3.11

Результати порівняльного аналізу кластерів за показниками комунікативної соціальної компетентності

Шкала	Кластер	Ср. ранг	U	W	Z	P (2-ст.)
А - відкритість	1	42,84	186,5	564,5	-4,554	,000
	2	20,91				
В - кмітливість	1	32,74	489,5	1309,5	-,650	,516
	2	35,87				
С - емоц. стійкість	1	38,58	357,0	735,0	-2,414	,016
	2	27,22				
Д - життєрадісність	1	33,79	531,5	1351,5	-,110	,912
	2	34,31				
К - чуйність	1	33,79	531,5	1351,5	-,109	,913
	2	34,31				
М - орієнт. ріш. На себе	1	33,06	502,5	1322,5	-,492	,623
	2	35,39				
Н - самоконтроль	1	35,84	466,5	844,5	-,974	,330
	2	31,28				
П - асоціальність	1	30,49	399,5	1219,5	-1,805	,071
	2	39,20				
Л - шк. брехні	1	31,15	426,0	1246,0	-1,475	,140
	2	38,22				

Як видно з таблиці 3.11, юнаки, які мають високу виразність залежності від соціальних мереж, демонструють достовірно нижчі показники за такими складовими комунікативної соціальної компетентності, як відкритість та емоційна стійкість.

Відкритість та емоційна стійкість є одними з ключових складовими комунікативної соціальної компетентності в контексті віку представників досліджуваної вибірки. Зниження їх рівня у юнаків із високою залежністю може свідчити про те, що часте використання соцмереж асоціюється з більшою емоційною вразливістю та зменшеною здатністю до гнучкої адаптації у спілкуванні. Це також доволі показово узгоджується з фазою формування самостійності та соціальної компетентності у юнацькому віці:

надмірне занурення в онлайн-середовище може зменшувати реальні міжособистісні практики, що розвивають здатність до відкритого та емоційно стійкого спілкування.

Нарешті, поглянемо на результати порівняльного аналізу за показником комунікативної імпульсивності (таблиця 3.12).

Таблиця 3.12

Результати порівняльного аналізу за показником комунікативної імпульсивності

Шкала	Кластер	Ср. ранг	U	W	Z	P (2-ст.)
Комунікативна імпульсивність	1	27,60	284,0	1104,0	-3,274	,001
	2	43,48				

Отримані результати дозволяють зробити висновок, що юнаки, які мають високу виразність залежності від соціальних мереж, демонструють достовірно більшу виразність комунікативної імпульсивності.

Комунікативна імпульсивність характеризується спонтанністю, низьким контролем реакцій, швидкою зміною теми або способу взаємодії. Достовірно більша виразність цього аспекту у юнаків із високою залежністю від соцмереж може пояснюватися специфікою цифрового спілкування, яке зазвичай заохочує миттєві відповіді, емоційні реакції та мінімальне обдумування висловлювань. З точки зору психології розвитку, юнацький вік характеризується ще недостатньо сформованим контролем імпульсів у міжособистісному контексті; надмірне користування соцмережами потенційно підсилює цю тенденцію, створюючи більш імпульсивний стиль комунікації і в онлайн-, і в офлайн-взаємодіях.

Отже, загалом отримані результати узгоджуються з концепцією, що соціальні мережі можуть модулювати певні аспекти емоційного та комунікативного функціонування юнаків, не змінюючи їх базової потреби у спілкуванні, але впливаючи на регуляцію емоцій, відкритість і імпульсивність у міжособистісних контактах.

Розглядаючи результати нашого дослідження, маємо відзначити, що юнацький вік є сенситивним періодом для становлення соціальної компетентності, формування ідентичності, опанування емоційної саморегуляції та пошуку місця в соціумі. У цей час міжособистісна взаємодія набуває не лише інтенсивного, а й принципово нового характеру, адже молода людина переходить від залежних дитячих стосунків до самостійного конструювання соціальних зв'язків. На цьому тлі цифрове середовище, передусім соціальні мережі, входить у систему соціалізації як додатковий, але дедалі впливовіший простір, що пропонує молоді нові форми комунікації, самопрезентації, підтвердження соціального статусу та емоційної підтримки. Саме тому питання про те, як поєднуються реальні та віртуальні форми соціальної активності, є центральним для розуміння особливостей міжособистісної взаємодії сучасних юнаків.

Отримані результати свідчать, що для більшості досліджуваних молодих людей соціальні мережі не витісняють традиційні форми міжособистісних стосунків, а навпаки – інтегруються в їхню загальну комунікативну систему як один із каналів взаємодії. Таке гармонійне включення цифрового простору пояснюється тим, що юнаки використовують соціальні платформи для тих функцій, які вони легко виконують: підтримання контактів, пошук однодумців, експериментування з ідентичністю, отримання інформації та зворотного зв'язку. Взаємодія у соціальних мережах у цьому контексті є не стільки компенсацією реальних стосунків, скільки їх продовженням у новій, технологічно опосередкованій формі. Звідси й відсутність ознак психологічного дискомфорту при тимчасовій відсутності доступу до соціальних платформ: для більшості юнаків цифрова взаємодія не виступає життєво необхідною потребою, а радше є звичним, але не визначальним елементом їх соціального життя.

Водночас дослідження виявило менш очевидну, але надзвичайно важливу тенденцію: у юнаків з підвищеним рівнем залежності від соціальних мереж міжособистісна взаємодія не втрачає інтенсивності, проте істотно

змінюється її якість. Ця зміна має комплексний характер і стосується низки взаємопов'язаних психологічних процесів. Перш за все, у таких осіб простежується зростання емоційної напруженості, що є наслідком тривалого перебування у середовищі, побудованому на постійному потоці інформації, миттєвій оцінці, швидких реакціях та емоційній насиченості. Соціальні мережі задають режим, у якому людина має бути постійно включеною у комунікацію, очікувати зворотний зв'язок, реагувати на подразники у режимі реального часу. Це формує особливий стиль емоційного реагування – більш реактивний, менш диференційований і менш стійкий у ситуаціях безпосередньої взаємодії з іншими людьми.

Така зміна емоційної структури комунікації закономірно зумовлює й іншу особливість – тенденцію до емоційної закритості у реальних стосунках. Адже цифрове середовище дозволяє людині контролювати власний образ, редагувати повідомлення, усувати незручні теми або емоції, створювати вибіркочку презентацію себе. У результаті формується звичка уникати глибинної, повільної, багаторівневої взаємодії, яка є характерною для безпосередніх контактів. Це не означає, що такі юнаки менш соціальні – радше їхнє соціальне функціонування підпорядковується логіці цифрової комунікації, яка характеризується швидкістю, короткими репліками, емоційними реакціями без тривалої рефлексії. Тому вони можуть відчувати складність і внутрішню напругу тоді, коли взаємодія виходить за межі коротких, поверхневих обмінів інформацією.

Ще один важливий аспект, який виявляється у юнаків з більш вираженою залежністю, – це імпульсивність комунікативної поведінки. Вона формується як наслідок того, що цифрове середовище постійно підсилює негайні реакції (коментарі, лайки, репости), заохочує швидкість відповідей та створює ілюзію необхідності моментального реагування. В реальних умовах ця навичка трансформується у тенденцію до поспішних висловлювань, емоційних «спалахів», нестійкої комунікативної позиції. Таким чином,

цифровий стиль взаємодії переноситься на міжособистісні стосунки, що впливає на їхню глибину, якість та емоційну структуру.

Узагальнюючи, можна сказати, що залежність від соціальних мереж не зменшує соціальної активності юнаків, не пригнічує їхню потребу у контактах і не руйнує міжособистісну взаємодію як таку. Проте вона змінює саму форму та якість цієї взаємодії. У осіб із помірним рівнем цифрової включеності традиційні та онлайн-контакти доповнюють одне одного, формуючи інтегровану систему соціальної комунікації. У тих же, хто демонструє підвищену залученість, цифрова взаємодія починає домінувати, визначаючи стиль мислення, способи емоційного реагування та соціальні стратегії. Це веде не до зниження соціальності, а до появи специфічної цифрово-модерованої форми соціальної поведінки, для якої характерні реактивність, ситуативність, поверхневність та знижена емоційна глибина.

Таким чином, ключовим механізмом є не інтенсивність використання соціальних мереж сама по собі, а ступінь їх інтеграції у структуру міжособистісної взаємодії юнака. Цифрове середовище стає тим чинником, який може або гармонійно доповнювати соціальні практики, або поступово трансформувати їх, змінюючи емоційну динаміку, когнітивні стратегії у взаємодії та стиль емоційного контакту з іншими людьми. Саме ця системна взаємодія реального та віртуального простору і визначає ті закономірності, що були зафіксовані у дослідженні.

Висновки до розділу III

1. Отримані результати свідчать, що у досліджуваних осіб юнацького віку міжособистісна взаємодія характеризується достатньо збалансованим розвитком комунікативної сфери. Потреба у спілкуванні є помірно вираженою, що відображає природне прагнення до соціальних контактів без надмірної залежності від них. Емоційна складова спілкування в цілому функціонує адекватно: незначні труднощі у вираженні та регуляції емоцій не мають істотного впливу на якість комунікації та соціальну адаптацію.

Помірна виразність емоційних ускладнень вказує лише на окремі труднощі у контролі афективних реакцій, що є характерними для процесу становлення емоційної саморегуляції в юнацькому віці. Рівень комунікативної соціальної компетентності свідчить про сформованість основних навичок соціальної поведінки, адекватність сприймання партнерів по взаємодії та достатню здатність до емпатійного розуміння. Помірна комунікативна імпульсивність, своєю чергою, відображає природну спонтанність і динамізм юнацького спілкування, що є типовими для даного вікового етапу.

2. Залежність від соціальних мереж у юнаків виявляється в межах нормативних показників, що свідчить про гармонійне включення цифрового простору у структуру їхнього соціального функціонування. Соціальні мережі посідають значне, але не домінуюче місце у житті досліджуваних, забезпечуючи підтримання комунікацій, самопрезентацію та участь у груповій взаємодії. Водночас, доступ до соціальних платформ не зумовлює відчутного психологічного напруження у разі його тимчасової відсутності, а взаємодія у віртуальному середовищі не призводить до виражених конфліктів з оточенням. Це вказує на наявність адаптивного рівня цифрової поведінки, що поєднує активне використання соціальних мереж із збереженням реальних форм міжособистісного спілкування та психологічної рівноваги.

3. Порівняльний аналіз показав, що потреба у соціальних контактах не відрізняється між юнаками із різним рівнем залученості до соціальних мереж, проте характер їхньої міжособистісної взаємодії має якісні відмінності. Особи з більш вираженою залежністю від соціальних мереж демонструють підвищену емоційну напруженість у комунікації, схильність до емоційної закритості та труднощі у контролі власних афективних станів. Для них властиві менш розвинені навички емоційної стабільності та відкритості у взаєминах, що може свідчити про перевагу віртуальних форм взаємодії над безпосередніми контактами. Водночас у цієї групи простежується більша імпульсивність у спілкуванні – схильність до швидких, недостатньо обдуманих реакцій, що відображує вплив динаміки цифрового

середовища, орієнтованого на миттєві відповіді та поверхнєве емоційне реагування. Таким чином, вища інтенсивність користування соціальними мережами асоціюється з меншою емоційною врівноваженістю, більшою ситуативністю комунікативної поведінки та відносним зниженням глибини емоційного контакту з іншими людьми.

ВИСНОВКИ

1. Міжособистісна взаємодія та діяльність у соціальних мережах є взаємопов'язаними аспектами сучасного соціального функціонування людини, які визначають її особистісний розвиток, соціальну адаптацію та психологічне благополуччя. Соціальні мережі, будучи новою формою міжособистісної комунікації, відтворюють основні закономірності людських взаємин, проте водночас модифікують їх, створюючи простір як для самовираження і підтримки соціальних зв'язків, так і для виникнення залежності, емоційної вразливості та соціальної дезадаптації. В основі якісної взаємодії, як у реальному, так і у віртуальному середовищі, лежить довіра – ключовий чинник, що забезпечує конструктивний обмін почуттями й досвідом, сприяє розвитку емоційної зрілості та гармонійній інтеграції особистості у соціум. Отже, ефективне функціонування в умовах цифрової комунікації потребує сформованих навичок емоційної саморегуляції, критичного мислення й культури спілкування, які дозволяють підтримувати баланс між реальними й віртуальними контактами та зберігати психологічну стійкість.

2. В осіб юнацького віку міжособистісна взаємодія характеризується достатньо збалансованим розвитком комунікативної сфери. Потреба у спілкуванні є помірно вираженою. Емоційна складова спілкування в цілому функціонує адекватно: незначні труднощі у вираженні та регуляції емоцій не мають істотного впливу на якість комунікації та соціальну адаптацію. Помірна виразність емоційних ускладнень вказує лише на окремі труднощі у контролі афективних реакцій, що є характерними для процесу становлення емоційної саморегуляції в юнацькому віці. Рівень комунікативної соціальної компетентності свідчить про сформованість основних навичок соціальної поведінки, адекватність сприймання партнерів по взаємодії та достатню здатність до емпатійного розуміння. Помірна комунікативна імпульсивність,

своєю чергою, відображає природну спонтанність і динамізм юнацького спілкування, що є типовими для даного вікового етапу.

3. Залежність від соціальних мереж у юнаків виявляється в межах нормативних показників, що свідчить про гармонійне включення цифрового простору у структуру їхнього соціального функціонування. Соціальні мережі посідають значне, але не домінуюче місце у житті досліджуваних, забезпечуючи підтримання комунікацій, самопрезентацію та участь у груповій взаємодії. Водночас, доступ до соціальних платформ не зумовлює відчутного психологічного напруження у разі його тимчасової відсутності, а взаємодія у віртуальному середовищі не призводить до виражених конфліктів з оточенням. Це вказує на наявність адаптивного рівня цифрової поведінки, що поєднує активне використання соціальних мереж із збереженням реальних форм міжособистісного спілкування та психологічної рівноваги.

4. Потреба у соціальних контактах не відрізняється між юнаками із різним рівнем залученості до соціальних мереж, проте характер їхньої міжособистісної взаємодії має якісні відмінності. Особи з більш вираженою залежністю від соціальних мереж демонструють підвищену емоційну напруженість у комунікації, схильність до емоційної закритості та труднощі у контролі власних афективних станів. Для них властиві менш розвинені навички емоційної стабільності та відкритості у взаєминах, що може свідчити про перевагу віртуальних форм взаємодії над безпосередніми контактами. Водночас у цієї групи простежується більша імпульсивність у спілкуванні – схильність до швидких, недостатньо обдуманих реакцій, що відображує вплив динаміки цифрового середовища, орієнтованого на миттєві відповіді та поверхневе емоційне реагування. Таким чином, вища інтенсивність користування соціальними мережами асоціюється з меншою емоційною рівноваженістю, більшою ситуативністю комунікативної поведінки та відносним зниженням глибини емоційного контакту з іншими людьми.

Таким чином, гіпотеза нашого дослідження була підтверджена.

Література

1. Березовська Л. І. Вплив соціальних мереж на психологічне благополуччя особистості. *Вісник Національного університету оборони України*. 2020. № 2 (55). С. 28–36.
2. Бугайова Н. М. Психологічні проблеми Інтернет-адикції в умовах використання телекомунікаційних технологій. Розділ 4: Застосування телекомунікаційних засобів у навчальному процесі: психолого-педагогічні аспекти. Київ, «Педагогічна думка», 2008. 210 с.
3. Васильєва А. Особливості міжособистісних відносин підлітків з однолітками як умова їх особистісного розвитку. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2022. №8. С. 192–198.
4. Васюк К. М. Особливості прояву довіри в спілкуванні в осіб з різним рівнем емоційного інтелекту. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. №3. 2023. С. 85-91.
5. Гавловський В. Д. Теоретичні засади відстеження деструктивних процесів у соціальних мережах. *Боротьба з організованою злочинністю і корупцією (теорія і практика)*. 2012. Вип. 1. С. 247-257.
6. Гаврюшенко В. Теоретичні основи дослідження міжособистісної взаємодії в психології. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. №(11). 2021. С. 37-47.
7. Гаркуша І. В., Кайко В. І. Психологічні аспекти та основні мотиви використання соціальних мереж. *Вісник університету імені Альфреда Нобеля*. 2019. № 2 (19). С. 40–47.
8. Гладченко В. С. Вплив соціальних мереж на емоційну сферу особистості в юнацькому віці : Кваліфікаційна робота : 053. Кривий Ріг, 2023. 102 с.
9. Горпинюк В. П. Соціально свідоме становлення особистості молодшого підлітка в системі «довіра – недовіра». *Теоретико-*

- методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. 2014. № 18 (1). С. 161-169.
10. Гречановська О., Мегем О., Потапюк Л. Вплив соціальних мереж на психологічний стан та самооцінку української молоді. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського*. 2023. Т. 34 (73), № 4. С. 60–66.
 11. Гущина Н. І. Проблема захисту учнів від негативних впливів у соціальних мережах. *Комп'ютер у школі та сім'ї*. 2011. № 7. С. 13-14.
 12. Данько Ю. А. Соціальні мережі як форма сучасної комунікації: плюси і мінуси. *Сучасне суспільство*. 2012. Вип. 2. С. 179-184.
 13. Данько Ю. А. Феномен соціальних мереж у контексті становлення і розвитку мережевого суспільства. *Вісник Міжнародного Слов'янського університету. Сер. : Соціологічні науки*. 2012. Т. 15, № 1-2. С. 53-59.
 14. Девтеров І. Соціальна ідентифікація особистості за допомогою соціальних стереотипів у мережі Інтернет. *Гілея: науковий вісник*. 2013. № 77. С. 146-149.
 15. Зубенко А.С. Особистісна ідентичність як філософська проблема і результат світоглядних та соціальних трансформацій. *Науковий вісник. Серія: Філософія*. 2004. Вип. 16. С. 31-36.
 16. Іванова О. Ф., Балинська М. В. Емоційні бар'єри та емпатія в процесі міжособистісного спілкування підлітків з різного соціального оточення. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія : Психологія*. 2014. № 1110, Вип. 55. С. 22-26.
 17. Камінська О. В. Психологічні детермінанти формування інтернет-залежності. *Проблеми сучасної психології*. 2013. Вип. 22. С. 194-204.
 18. Карабін Т.В. Вплив особливостей спілкування в мережі «Internet» на процес соціалізації студентської молоді : дис. ... кандидата психол. наук : 19.00.05. Івано-Франківськ, 2005. 261 с.
 19. Коваленко О.Г. Міжособистісне спілкування осіб похилого віку: психологічні аспекти : [монографія]. К. : Інститут обдарованої дитини, 2015. 456 с.

20. Козирєв М. П. Комунікативні бар'єри спілкування та шляхи їх подолання. *Науковий Вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. Львів. 2014. № 1. С. 201-521.
21. Корнієнко В.В., Ніканорова Ю.В., Кулешова Т.В. Інтернет-залежність як чинник порушення міжособистісного спілкування. *Вісник Дніпропетровського університету. Серія : Педагогіка і психологія*. 2013. Т. 21, вип. 19. С. 87-93.
22. Куліш П. Ю. Потенціал соціальних мереж Facebook та Twitter як сучасний метод електронної взаємодії влади та громадськості. *Теорія та практика державного управління*. 2012. Вип. 2. С. 132-137.
23. Курбан О. В. Класифікація соціальних мережевих технологій як PR-інструментів. *Інформаційне суспільство*. 2013. Вип. 17. С. 41-43.
24. Лютий В.П. Нехімічні адикції як предмет соціальної роботи. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка (педагогічні науки) – № 11 (270), червень 2013 р.* С. 158–166.
25. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості : монографія. Київ : Видавництво ТОВ «КММ», 2006. 240 с.
26. Матяш-Заяц Л. П. Конфліктна компетентність як умова успішного попередження та розв'язання конфліктів у ранньому юнацькому віці. *Психологія: збірник наукових праць НПУ імені М.П. Драгоманова*. 2004. №24. С. 161-165.
27. Мгалоблішвілі А. Психологія використання соціальних інтернет мереж сучасними українськими користувачами. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2023. № 2 (70). С. 201–208.
28. Немеш О. М. Психологічні основи інтернет-комунікації. *Актуальні проблеми психології*. 2014. Т. 5, Вип. 14. С. 138-146.
29. Пивоварська К. С. Втілення постмодерністської парадигми у віртуальних соціальних мережах. *Нова парадигма*. 2013. Вип. 115. С. 88-98.

30. Прахова С.А., Даценко О.А., Семенов К.А. Дистанційне навчання у просторі сучасних освітніх систем: психологічний контекст. *Вісник Університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія». Педагогічні науки.* 2020. № 2 (20). С. 260-264.
31. Радчук Г., Адамська З., Олексюк В. Психологічні особливості впровадження дистанційного навчання студентів. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки.* 2022. Випуск 12. С. 107-114.
32. Романенко Є. О. Теоретико-методологічна ідентифікація поняття комунікації у контексті сучасних дослідницьких підходів. *Ефективність державного управління.* 2012. Вип. 32. С. 108-115.
33. Саннікова О. П. Емоційність у структурі особистості. Одеса: Хорс, 2021. 334 с.
34. Севост'янов П.О., Яновська С.Г., Туренко Р.Л., Пивовар Д.Є. Психометричні показники та адаптація україномовної версії шкали залежності від соціальних мереж (M. G. Shahnawaz, U. Rehman Social Networking Addiction Scale). *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія».* 2024. (77). С. 21-27.
35. Ситнік С.В. Психологія міжособистісної взаємодії фахівців соціономічних професій. Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора психологічних наук за спеціальністю 19.00.01 – загальна психологія, історія психології. Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», Одеса, 2020. С. 433-443.
36. Тарасюк Г. П. Організація міжособистісного спілкування підлітків у контексті сталого розвитку суспільства. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді.* 2016. Вип. 20(2). С. 225-234.
37. Тверезовська Н. Т. Роль здобутків Я. Л. Морено у формуванні підходів до аналізу соціальних інтернет-мереж. *Вісник Чернігівського*

- національного педагогічного університету. Педагогічні науки. 2013. Вип. 108.
38. Титаренко І. О. Соціальна робота з молоддю в умовах поширення соціальних інтернет-мереж. *Вісник Національного технічного університету України "Київський політехнічний інститут". Політологія. Соціологія. Право.* 2012. № 3. С. 127-131.
39. Турецька Х.І. Психологічні чинники Інтернет-залежності. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ.* 2012. №2 (2). С. 95-104.
40. Харченко В. Готовність до спілкування як чинник успішної діяльності особистості: методичний матеріал. *Психолог.* 2008. №6. С. 9-14.
41. Хміль Я. В. Поняття "інтернет-залежність" у соціогуманітарних науках та специфіка його дослідження в соціології. *Вісник Львівського університету. Серія соціологічна.* 2012. Вип. 6. С. 303-310.
42. Ходорковський О. А. Нові можливості соціальних мереж. *Комп'ютер у школі та сім'ї.* 2011. № 7. С. 9.
43. Шаварин І. С. Вплив соціальних мереж на формування психологічного благополуччя в юнацькому віці : Робота на здобуття освітнього ступеня «Магістр». Луцьк, 2024. 96 с.
44. Юдіна Н. О., Гончарова Н. О. Особливості мотивації спілкування особистості у різні вікові періоди. *Психологія розвитку та життєстійкості особистості: наукові студії : колективна монографія / за наук. Ред. Кононової М.М. Полтава : Астроя. 2024. С. 367.*
45. Юр'єва А. Вплив соціальних мереж на суспільство. *Масова комунікація: історія, сьогодення, перспективи.* 2015. № 7-8 (6). С. 81–83.
46. Яворовська Л. М., Коноплянко Т. І. Особливості часової перспективи та самоствалення особистості в юнацькому віці. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія : Психологія.* 2013. № 1065, Вип. 52. С. 61-64.

47. Ala-Kortesmaa S., Munoz C. Challenges in virtual team communication in the context of virtual exchange experience. *European Journal of Open, Distance and E-Learning*. 25(1). 2023. P. 49-61.
48. Bhagat S., Jeong E.J., Kim D. The Role of Individuals' Need for Online Social Interactions and Interpersonal Incompetence in Digital Game Addiction. *International Journal of Human-Computer Interaction*. 2020. 36. P. 449-463.
49. Cash H., Rae C.D., Steel A.H., Winkler A. Internet Addiction: A Brief Summary of Research and Practice. *Curr Psychiatry Rev*. 2012; 8(4). P. 292-298.
50. McCreery M.P., Schrader P.G., Krach S. K., Boone R. A sense of self: The role of presence in virtual environments. *Computers in Human Behavior*. 2013. Vol. 29, Issue 4. P. 1635-1640.
51. Schaubmeier J. The barrier of virtual communication. Johannes Kepler University Linz, 2022. 72 p.
52. Shaw M., Black D.W.. Internet addiction: definition, assessment, epidemiology and clinical management. *CNS Drugs*. 2008; 22(5). P353-365.
53. Sillars A.L., Vangelisti A.L. Communication: Basic Properties and Their Relevance to Relationship Research. In A. L. Vangelisti & D. Perlman (Eds.), *The Cambridge handbook of personal relationships*. 2006. 3. 331-351.
54. Pütten A.M., Krämer N.C., Gratch J. How Our Personality Shapes Our Interactions with Virtual Characters. Implications for Research and Development. In: Allbeck, J., Badler, N., Bickmore, T., Pelachaud, C., Safonova, A. (eds) *Intelligent Virtual Agents. Lecture Notes in Computer Science*. Springer, Berlin, Heidelberg. 2010. vol 6356. P. 746-761.

ОСОБЛИВОСТІ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ, ЗАЛЕЖНИХ ВІД СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ

Анотація

Кваліфікаційна робота присвячена вивченню специфіки міжособистісної взаємодії осіб юнацького віку, які демонструють різний рівень залежності від соціальних мереж. У дослідженні проаналізовано теоретичні підходи до феноменів міжособистісної взаємодії, залежності від цифрових платформ та психологічних особливостей юнацького віку. Емпірична частина охоплює комплексну діагностику мотиваційного, емоційного, когнітивного та вольового компонентів міжособистісної взаємодії, а також вимірювання рівня залученості до соціальних мереж. Опрацьовано дані 67 осіб віком 15–20 років із застосуванням описової статистики, кластерного аналізу та непараметричних методів порівняння. Отримані результати засвідчили, що загалом юнаки зберігають збалансовану структуру комунікативної сфери та демонструють адаптивне використання соціальних мереж. Водночас особи з більш вираженою залежністю характеризуються підвищеною емоційною напруженістю, тенденцією до емоційної закритості, меншою стабільністю у міжособистісних стосунках та більшою імпульсивністю в комунікації. Встановлено, що інтенсивне користування соціальними мережами може трансформувати емоційний та поведінковий стиль спілкування, зменшуючи глибину емоційного контакту та посилюючи ситуативність реакцій. Робота підкреслює важливість вивчення цифрових впливів у контексті соціального розвитку молоді та відкриває перспективи для подальших досліджень адаптивних і ризикованих моделей цифрової взаємодії.

Ключові слова: міжособистісна взаємодія, юнацький вік, соціальні мережі, залежність від соціальних мереж, комунікація, емоційна регуляція.

FEATURES OF INTERPERSONAL INTERACTION OF ADOLESCENTS DEPENDENT ON SOCIAL NETWORKS

Abstract

The qualification paper examines the specific features of interpersonal interaction among adolescents who differ in their level of dependence on social networks. The theoretical section analyzes contemporary approaches to interpersonal interaction, digital dependence, and psychological characteristics of adolescence. The empirical study includes a comprehensive assessment of motivational, emotional, cognitive, and volitional components of interpersonal interaction, as well as measurement of social network engagement. Data obtained from 67 participants aged 15–20 were processed using descriptive statistics, k-means clustering, and nonparametric comparative methods. The findings indicate that, overall, adolescents demonstrate a balanced communicative functioning and an adaptive integration of social networks into their daily lives. However, individuals with higher levels of social network dependence show increased emotional tension, a tendency toward emotional withdrawal, lower stability in interpersonal contact, and higher impulsivity in communication. Intensive use of social networks is associated with shifts in emotional and behavioral patterns of interaction, reducing the depth of emotional engagement and reinforcing situational, rapidly reactive communication styles. The study highlights the importance of exploring digital influences in the context of youth social development and outlines directions for further investigation of adaptive and potentially risky digital interaction models.

Keywords: interpersonal interaction, adolescence, social networks, social network dependence, communication, emotional regulation.