

***МІЙ ІНТЕЛЕКТ – МОЯ ІНВЕСТИЦІЯ
В РОЗБУДОВУ УКРАЇНИ***

***Матеріали науково-практичної конференції
учнівської молоді
(10 лютого 2025 року)***

(Електронне видання)

Вінницьке територіальне відділення МАН України

Обласний науковий ліцей-інтернат
Комунального закладу вищої освіти
«Барський гуманітарно-педагогічний коледж
імені Михайла Грушевського»

Наукове ліцейське товариство «Перспектива»



**МІЙ ІНТЕЛЕКТ – МОЯ ІНВЕСТИЦІЯ
В РОЗБУДОВУ УКРАЇНИ**

Збірник матеріалів науково-практичної конференції



**10 лютого 2025 року
м. Бар**

*Рекомендовано до друку вченою радою Комунального закладу вищої освіти
«Барський гуманітарно-педагогічний коледж
імені Михайла Грушевського»
(протокол N 5 від 10 лютого 2025 року)*

Мій інтелект – моя інвестиція в розбудову України: Збірник матеріалів науково-практичної конференції учнівської молоді / За заг. редакцією О. М. Гулько, Л. М. Слободянюк. Бар: Редакційно-видавничий центр КЗВО «Барський гуманітарно-педагогічний коледж імені Михайла Грушевського», 2025. 150 с.

Редакційна колегія:

ГУЛЬКО Олена, доктор філософії, директор Обласного наукового ліцею-інтернату Комунального закладу вищої освіти «Барський гуманітарно-педагогічний коледж імені Михайла Грушевського»;

СЛОБОДЯНЮК Лариса, голова Наукового ліцейського товариства «Перспектива» Вінницького територіального відділення МАН України, голова циклової комісії української і зарубіжної філології, викладач Комунального закладу вищої освіти «Барський гуманітарно-педагогічний коледж імені Михайла Грушевського»;

ЗЕЛЕНЮК Сергій, технічний редактор, викладач Комунального закладу вищої освіти «Барський гуманітарно-педагогічний коледж імені Михайла Грушевського»;

ЛЯХНОВИЧ Ніна, керівник редакційно-видавничого відділу, викладач Комунального закладу вищої освіти «Барський гуманітарно-педагогічний коледж імені Михайла Грушевського».

Збірник містить тези доповідей учасників науково-практичної конференції учнівської молоді «Мій інтелект – моя інвестиція в розбудову України», проведеної на базі Обласного наукового ліцею-інтернату Комунального закладу вищої освіти «Барський гуманітарно-педагогічний коледж імені Михайла Грушевського».

*Редколегія може не поділяти погляди авторів, викладені в збірнику.
Автори несуть повну відповідальність за опублікований матеріал*

ОРГАНІЗАТОРИ:

- Вінницьке територіальне відділення МАН України;
- Комунальний заклад вищої освіти «Барський гуманітарно-педагогічний коледж імені Михайла Грушевського»;
- Обласний науковий ліцей-інтернат.

ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ КОМІТЕТ:

САВЧУК Петро – кандидат педагогічних наук, директор Комунального закладу вищої освіти «Барський гуманітарно-педагогічний коледж імені Михайла Грушевського»;

САМБОРСЬКА Олена – доктор філософії, заступник директора з навчальної роботи;

ГУЛЬКО Олена – доктор філософії, директор Обласного наукового ліцею-інтернату Комунального закладу вищої освіти «Барський гуманітарно-педагогічний коледж імені Михайла Грушевського»;

СЛОБОДЯНЮК Лариса – голова Наукового ліцейського товариства «Перспектива» Вінницького територіального відділення МАН України, голова циклової комісії української і зарубіжної філології, викладач Комунального закладу вищої освіти «Барський гуманітарно-педагогічний коледж імені Михайла Грушевського».

ТЕХНІЧНА ПІДТРИМКА:

СЛОБОДЯНЮК Ірина – кандидат педагогічних наук, завідувач кафедри інформаційно-цифрових технологій та природничих дисциплін, викладач Комунального закладу вищої освіти «Барський гуманітарно-педагогічний коледж імені Михайла Грушевського»;

ЗЕЛЕНЮК Сергій – викладач Комунального закладу вищої освіти «Барський гуманітарно-педагогічний коледж імені Михайла Грушевського»;

ЛЯХНОВИЧ Ніна – викладач Комунального закладу вищої освіти «Барський гуманітарно-педагогічний коледж імені Михайла Грушевського».

ЗМІСТ

ПРОГРАМА НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ <i>«Мій інтелект – моя інвестиція в розбудову України»</i>	8
ПЛЕНАРНЕ ЗАСІДАННЯ. ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ	15
КАЛЬЯНОВА Юлія, ЛЕМПІЙ Олег ПРАВОВА ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ ЗА ВОЄННІ ЗЛОЧИНИ: МЕХАНІЗМИ МІЖНАРОДНОГО ТА НАЦІОНАЛЬНОГО ПРАВА	15
СЕРЕДЮК Христина, КОРОЛЮК Ганна ОБРАЗНЕ ОЗНАЧЕННЯ ЯК МОВНИЙ ЕЛЕМЕНТ ІДЮСТИЛЮ ПОЕТИКИ ОКСАНИ ЗАБУЖКО	19
ГРАБЧАК Дар'я, ЮРЧУК Богдан СЕРЕДНЬОВІЧНА КУЛЬТУРА ЯПОНІЇ	23
ЛАВРЕНТЮК Олена, ХАРИТОНОВА Ірина НАРОДНИЙ ОДЯГ УКРАЇНЦІВ СХІДНОГО ПОДІЛЛЯ	25
КОСТОГРИЗ Інна, НОВАК Володимир ВПЛИВ ТИПУ ТЕМПЕРАМЕНТУ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ НА РЕЗУЛЬТАТИВНІСТЬ НАВЧАННЯ	29
ВЕНГЕР Катерина, КОВАЛЬСЬКА Алла СИНОНІМІЯ ІМЕННИКОВИХ СЛОВОНАЗВ ЯК ЗАСІБ ВИРАЖЕННЯ МОВНОЇ КАРТИНИ ПОЕТИЧНОГО СВІТУ ЛІНИ КОСТЕНКО	32
БУЛАЄВСЬКА Дар'я, НОВАК Володимир ПРИЧИНИ ТА ОСОБЛИВОСТІ ПСИХІЧНИХ РОЗЛАДІВ У ПІДЛІТКОВОМУ ТА ЮНАЦЬКОМУ ВІКОВОМУ ПЕРІОДІ	37
ХОРОШУН Тарас, ХОРОШУН Лариса ЗМІЦНЕННЯ ЗВ'ЯЗКІВ З УКРАЇНОЮ ЗА СПРИЯННЯ УКРАЇНСЬКИХ ЕМІГРАНТІВ	40
ЗВАРИЧ Сніжана, БАКАЛЕЦЬ Олексій ГОЛОДОМОР У СЕЛАХ БАРСЬКОГО РАЙОНУ В 1932-1933 РР.	45
ГЖЕСЯК Марія, ГОРДІЄНКО Юлія ДІАЛЕКТИЗМИ В АНГЛІЙСЬКІЙ МОВІ	50
КРИВЧАК Віталіна, SEREDYUK Світлана НЕВІДОМІ СТОРІНКИ СУЧАСНОЇ ЗАРУБІЖНОЇ ЛІТЕРАТУРИ (НА ПРИКЛАДІ ТВОРЧОГО ДОРОБКУ МОДЕРНОГО ІЗРАЇЛЬСЬКОГО ПИСЬМЕННИКА ЕШКОЛЯ НЕВО)	54
СЕКЦІЯ МОВОЗНАВСТА. ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ	57
АДАМОВСЬКА Карина, ГОРДІЄНКО Юлія ГЕНДЕРНО-МАРКОВАНІ ОДИНИЦІ В АНГЛІЙСЬКІЙ МОВІ ЯК ЧАСТИНА СОЦІАЛЬНОЇ КАРТИНИ СВІТУ	57
НАГАЄВСЬКА Мар'яна, ГОРДІЄНКО Юлія ПОРІВНЯЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА АМЕРИКАНСЬКОГО ТА БРИТАНСЬКОГО ВАРІАНТІВ АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ	60
ПОБЕРЕЖНА Надія, ГОРДІЄНКО Юлія ГЕНДЕРНІ СТЕРЕОТИПИ В АНГЛІЙСЬКИХ ПРИСЛІВ'ЯХ.....	63

СЕКЦІЯ УКРАЇНСЬКОЇ ЛІТЕРАТУРИ. ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ	67
ЯКИМЧУК Марія, ГОНЧАРУК Вікторія ШЛЯХ ДО ТАРАСА	67
СЕКЦІЯ ІСТОРИЧНОГО КРАЄЗНАВСТВА. ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ.....	70
БРИСЮК Назар, БАКАЛЕЦЬ Олексій МАГІСТЕРСЬКА ДИСЕРТАЦІЯ «БАРСЬКЕ СТАРОСТВО. ІСТОРИЧНІ НАРИСИ XV-XVIII СТ.» – ВАЖЛИВЕ ДЖЕРЕЛО ВИВЧЕННЯ ІСТОРІЇ БАРСЬКОЇ СЛУЖИЛОЇ ШЛЯХТИ.....	70
КАБАНЧУК Мар'яна, ХАРИТОНОВА Ірина ІСТОРІЯ СЕЛА МАТЕЙКІВ: ВІД ЗАСНУВАННЯ ДО СЬОГОДЕННЯ	74
МУДРИК Владислав, БАКАЛЕЦЬ Олексій ГЕРОЇ АТО ТА РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ 2022-2024 РР. – НАШІ ЗЕМЛЯКИ	77
НЕВОЛЬЧУК Олександр, БАКАЛЕЦЬ Олексій БАРСЬКИЙ СТАРОСТА БЕРНАРД ПРЕТВИЧ – ОДИН ІЗ ЗАСНОВНИКІВ РЕЄСТРОВОГО КОЗАЦТВА НА ПОДІЛЛІ У 20-50-Х РОКАХ XVI СТ.	81
ПАВЛЕНКО Лілія, ШЕРЕМЕТА Яна, КОЗЛОВА Олена ЯК ІСТОРИЧНЕ КРАЄЗНАВСТВО СПРИЯЄ ФОРМУВАННЮ ІНТЕРЕСУ ТА МОТИВАЦІЇ УЧНІВ ДО ВИВЧЕННЯ ІСТОРІЇ	86
БЛАЖКО Альбіна, БАКАЛЕЦЬ Олексій ГОЛОКОСТ У БАРСЬКОМУ ТА КОПАЙГОРОДСЬКОМУ РАЙОНАХ У 1941-1944 РР.	89
СЕКЦІЯ ІСТОРІЇ УКРАЇНИ. ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ	93
ЛЕБЕДЬ Вікторія, БАКАЛЕЦЬ Олексій СТОЛИЦІ ТА РЕЗИДЕНЦІЇ ГЕТЬМАНІВ УКРАЇНИ ДРУГОЇ ПОЛОВИНИ XVII- XVIII СТ.	93
ПРИЛЮК Артур, ХАРИТОНОВА Ірина ДИНАМІКА ЕТНІЧНОЇ МАПИ СХІДНОЇ УКРАЇНИ	97
СЕКЦІЯ ВСЕСВІТНЬОЇ ІСТОРІЇ. ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ	101
ЛЮДВИК Каріна, ЮРЧУК Богдан ЄВРОПЕЙСЬКА ІДЕНТИЧНІСТЬ У ХХІ СТОЛІТТІ: ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ	101
МОЧАРНИЙ Назар, ЮРЧУК Богдан СИСТЕМА МІЖНАРОДНИХ ВІДНОСИН ПІСЛЯ ПЕРШОЇ СВІТОВОЇ ВІЙНИ ...	105
СОРОЧИНСЬКИЙ Владислав, ЮРЧУК Богдан КРАЇНИ БАЛТІЇ В МІЖВОЄННИЙ ПЕРІОД	108
БЛАЩУК Назарій, ЮРЧУК Богдан СОЦІАЛЬНО-ПОЛІТИЧНИЙ РОЗВИТОК НІМЕЧЧИНИ В МІЖВОЄННИЙ ПЕРІОД	110
Блажко Анна, Юрчук Богдан ВПЛИВ ДРУГОЇ СВІТОВОЇ ВІЙНИ НА ЗОВНІШНЮ ТА ВНУТРІШНЮ ПОЛІТИКУ ТУРЕЧЧИНИ	113
СЕКЦІЯ ПРАВОЗНАВСТВА. ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ	116

ГУСЄВА Катерина, ЛЕМПІЙ Олег ПРОЯВИ КОЛАБОРАЦІОНІЗМУ ПІД ЧАС РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ. ПРАВОВИЙ АСПЕКТ	116
КОФАН Софія, ЛЕМПІЙ Олег ПРИЧИНИ ПРАВОПОРУШЕНЬ: ПОНЯТТЯ, ВИДИ. ШЛЯХИ ПОСЛАБЛЕННЯ ТА УСУНЕННЯ ПРИЧИН ПРАВОПОРУШЕНЬ	119
ПАЛЬОНКО Діана, ЛЕМПІЙ Олег ВОЄННІ ЗЛОЧИНИ В УКРАЇНІ В ХОДІ РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ ...	123
БОДНАР Максим, ЛЕМПІЙ Олег ДЕРЖАВНІ ОРГАНИ СУЧАСНОЇ УКРАЇНИ	127
СЕКЦІЯ ПСИХОЛОГІЇ. ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ	130
МЕЛЬНИК Ангеліна, КАТЕРИНЮК Галина ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ЖИТТЯ ПІДЛІТКІВ	130
ПАЦАЙ Яна, СУКОННИК Богдана ГЕНДЕРНІ СТЕРЕОТИПИ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ	133
ШОСТАК Елізабет-Єлизавета, КЛОЧКО Тетяна ПСИХОЛОГІЧНА СКЛАДОВА ПІДГОТОВКИ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ДО НАЦІОНАЛЬНОГО МУЛЬТИПРЕДМЕТНОГО ТЕСТУ	136
СЕКЦІЯ ЕКОЛОГІЇ. ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ	140
КОМЕНДРА Дар'я, ТКАЧУК Галина ЕКОЛОГІЧНИЙ СЛІД ЛЮДИНИ	140
СЕКЦІЯ БІОЛОГІЇ ЛЮДИНИ. ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ	142
СЕМЕНЮК Анастасія, НОВАК Володимир ХВОРОБИ РОТОВОЇ ПОРОЖНИНИ ТА ЇХ ПРОФІЛАКТИКА	142
СЕКЦІЯ ЕКОНОМІКИ. ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ	144
СЛІПЕНЬКА Анастасія, ЛЕМПІЙ Олег СУЧАСНИЙ СТАН ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ КРИПТОВАЛЮТ	144

Вінницьке територіальне відділення МАН України

Обласний науковий ліцей-інтернат
Комунального закладу вищої освіти
«Барський гуманітарно-педагогічний коледж імені Михайла Грушевського»

ПРОГРАМА
науково-практичної конференції учнівської молоді
«Мій інтелект – моя інвестиція в розбудову України»

ПЛЕНАРНЕ ЗАСІДАННЯ

Дата проведення: 10 лютого 2025 року.

Початок роботи: 12.30.

Формат проведення: змішаний.

Місце проведення: актові зала КЗВО «Барський гуманітарно-педагогічний коледж імені Михайла Грушевського».

Інтернет-платформа – Google-meet.

Приєднання до відеозустрічі за покликанням:

<https://classroom.google.com/c/NzQ1Mjc5ODg4NTkx?cjc=6d7o6sk>

Вітальне слово: **Петро САВЧУК**, директор КЗВО «Барський гуманітарно-педагогічний коледж імені Михайла Грушевського», кандидат педагогічних наук, відмінник освіти України, член-кореспондент Академії міжнародного співробітництва і креативної педагогіки «Полісся».

Вітальне слово: **Олена САМБОРСЬКА**, заступник директора КЗВО «Барський гуманітарно-педагогічний коледж імені Михайла Грушевського» з навчальної роботи, доктор філософії, відмінник освіти України, член-кореспондент Академії міжнародного співробітництва і креативної педагогіки «Полісся».

Вітальне слово: **Ольга ДРАГОМИРЕЦЬКА**, директор Вінницької обласної станції юних натуралістів, Заслужений працівник народної освіти України, Відмінник народної освіти, нагороджена Нагрудним знаком Національної академії наук України «Ушинський К.Д.».

Вітальне слово: **Тамара КОРИННА**, відповідальний секретар Вінницького територіального відділення МАН, Відмінник освіти України, нагороджена Нагрудним знаком «Софія Русова».

Вітальне слово: **Галина КАТЕРИНЮК**, директор Обласного наукового ліцею-інтернату КЗВО «Вінницький гуманітарно-педагогічний коледж», доктор філософії.

ТЕМАТИКА ДОПОВІДЕЙ:

1. Правова відповідальність учасників воєнних злочинів: механізми міжнародного та національного права (Виконавець: **Юлія КАЛЬЯНОВА**, учениця 11-Б класу Обласного наукового ліцею-інтернату КЗВО «Барський гуманітарно-педагогічний коледж імені Михайла Грушевського». Науковий керівник: **Олег ЛЕМПІЙ**, викладач правознавства Обласного наукового ліцею-інтернату КЗВО «Барський гуманітарно-педагогічний коледж імені Михайла Грушевського»).

2. Образне означення як мовний елемент ідіостилю поезики Оксани Забужко (Виконавець: **Христина СЕРЕДЮК**, учениця 11-А класу Обласного

Секція психології
ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ

Ангеліна МЕЛЬНИК,
учениця 9-А класу
Обласного наукового ліцею-інтернату
КЗВО «Вінницький гуманітарно-
педагогічний коледж»
Email: angelinamelnik427@gmail.com

Науковий керівник:
Галина КАТЕРИНЮК,
директор
Обласного наукового ліцею-інтернату
КЗВО «Вінницький гуманітарно-
педагогічний коледж»
Email: galina-zk@ukr.net

ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ЖИТТЯ ПІДЛІТКІВ

Соціальні мережі стали невід'ємною частиною життя сучасної молоді, впливаючи на все: від спілкування з друзями до формування самооцінки. Але чи дійсно соціальні мережі такі вже безпечні та корисні? У цій статті ми розглянемо, як соціальні мережі впливають на життя підлітків, які ризики вони несуть і як можна мінімізувати негативні наслідки.

Методи, які були використані для даного дослідження:

Анкетування. Анкетування проводилося серед учнів 8-11 класів Обласного наукового ліцею-інтернату КЗВО «Вінницький гуманітарно-педагогічний коледж». Анкета було створена в Google-формі та містила питання про використання соціальних мереж і їхній вплив на життя підлітків [1].

Аналіз контенту. Аналіз постів, коментарів та інших публікацій підлітків у соціальних мережах.

Спостереження. Спостереження за поведінкою підлітків під час використання соціальних мереж.

При проведенні дослідження були дотримані етичні норми: забезпечена конфіденційність інформації та отримана згода учасників.

Виклад основного матеріалу. Сьогодні найбільш розповсюдженими є Telegram, TikTok, Viber, Instagram, WhatsApp та Facebook. Як показало наше дослідження, учні Обласного наукового ліцею-інтернату найчастіше використовують Telegram (39% опитаних) і TikTok (52% опитаних).

Соціальні мережі пропонують безліч можливостей для спілкування, отримання інформації та самовираження. Однак разом із перевагами надмірне використання соцмереж може призвести до серйозних наслідків для психічного здоров'я, соціальних відносин і навчальної діяльності підлітків.

По-перше, соціальні мережі можуть вплинути на самооцінку підлітка. Постійне

порівняння себе з ідеалізованими образами інших користувачів може призвести до комплексу неповноцінності та зниження самооцінки. Крім того, соціальні мережі можуть сприяти розвитку залежності, коли підліток відчуває непереборну потребу постійно бути онлайн.

По-друге, соціальні мережі можуть вплинути на міжособистісні відносини. З одного боку, вони допомагають підліткам спілкуватися з друзями та знаходити нові знайомства. З іншого боку, надмірна залученість у віртуальне спілкування може призвести до ослаблення реальних соціальних зв'язків. Також існує проблема кібербулінгу, коли підлітки стикаються з образами, погрозами та іншими формами насильства в Інтернеті.

По-третє, соціальні мережі можуть вплинути на навчальну діяльність. Відволікання на повідомлення та оновлення в соцмережах під час виконання домашніх завдань може призвести до зниження концентрації уваги та, як наслідок, до зниження успішності.

Виділимо негативні наслідки використання соцмереж:

- **Погіршення психічного здоров'я:** депресія, тривога, зниження самооцінки.
- **Проблеми з навчанням:** зниження концентрації уваги, відставання в навчанні.
- **Порушення соціальних навичок:** труднощі в реальному спілкуванні.
- **Залежність:** потреба постійно бути онлайн, відчуття неповного життя без соціальних мереж.

Залежність від соціальних мереж – це серйозна проблема, яка все частіше спостерігається серед підлітків. Постійний доступ до смартфонів та Інтернету робить соціальні мережі невід'ємною частиною їхнього життя. Однак надмірна залученість у віртуальний світ може призвести до негативних наслідків для психічного здоров'я, навчання та соціальних відносин.

Чому підлітки стають залежними від соцмереж?

- **Пошук соціального визнання:** підлітки прагнуть відчувати себе частиною групи, отримувати вподобайки та коментарі. Соціальні мережі створюють ілюзію популярності та задоволення.
- **Страх пропустити щось важливе (FOMO):** постійне оновлення стрічки новин створює відчуття, що щось цікаве відбувається без їхньої участі. Це підсилює бажання постійно перевіряти телефон.
- **Можливість самовираження:** соціальні мережі надають платформу для самовираження, творчості й спілкування з людьми, які поділяють їхні інтереси.
- **Утеча від реальних проблем:** Інтернет може стати втечею від проблем у реальному житті, таких, як конфлікти з однолітками чи родиною.

Наслідки залежності від соціальних мереж:

- **Погіршення психічного здоров'я:** депресія, тривога, зниження самооцінки, відчуття самотності та ізоляції.
- **Проблеми зі сном:** світло екранів гаджетів порушує вироблення мелатоніну, що призводить до безсоння.

- **Погіршення успішності:** відволікання на повідомлення та оновлення в соцмережах знижує концентрацію уваги й ускладнює навчання.
- **Порушення соціальних навичок:** занадто багато часу, проведеного в онлайн-спілкуванні, може призвести до труднощів у реальному спілкуванні.

Найгіршим є те, що підлітки не визнають себе залежними від соцмереж, а деякі навіть думають, що такої залежності немає (29% опитаних), і лише незначна кількість (35%) визнає, що має залежність. Це попри те, що лише 29% опитаних не відчують потребу постійно бути онлайн та більшість опитаних у середньому проводять у соціальних мережах 5-6 годин на день, а дехто взагалі цілий день і навіть 15 годин на добу. Лише 12,5% опитаних рідко перевіряють свій телефон на наявність нових повідомлень, ще 12,5% – кілька разів на день, 25% – кілька разів на годину, і 50% роблять це постійно. Результати нашого дослідження чітко демонструють, що підлітки мають значну залежність від соціальних мереж. Це проявляється в тому, що вони проводять там багато часу та відчують постійну потребу їх використовувати.

Батьки та педагоги відіграють ключову роль у формуванні цифрової грамотності підлітків. Вони можуть допомогти своїм дітям безпечно та ефективно користуватися соціальними мережами. Важливу роль відіграє відкрита розмова з батьками про соціальні мережі, їхні переваги та ризики. Батьки повинні бути зразком для своїх дітей, демонструючи відповідальне використання гаджетів. Дієвим є встановлення правил використання гаджетів та контроль за часом, проведеним в Інтернеті. А також важливою є допомога підліткам розпізнавати ознаки кібербулінгу, фейкових новин та інших онлайн-загроз. Не менш значущою є роль навчальних закладів. Тут необхідною є інтеграція в навчальний процес: внесення тем, пов'язаних із цифровою грамотністю, до шкільної програми, а також проведення тренінгів для учнів, батьків і вчителів з питань безпечного використання Інтернету та створення спільнот батьків, де вони можуть обмінюватися досвідом і отримувати консультації щодо цифрової безпеки.

Однак варто зазначити, що соціальні мережі мають і позитивні аспекти. Вони можуть бути платформою для творчості та самовираження, допомагати підліткам знаходити однодумців і отримувати інформацію з різних джерел.

Стратегії безпечного використання соціальних мереж.

Для того, щоб мінімізувати негативний вплив соціальних мереж на підлітків, важливо дотримуватися кількох простих правил:

- **Контроль за часом.** Установіть обмеження на час, проведений у соціальних мережах.
- **Приватність.** Налаштуйте приватність своїх профілів, обмеживши доступ до особистої інформації.
- **Обережність з незнайомцями.** Не спілкуйтеся з незнайомцями в Інтернеті та не діліться особистою інформацією.
- **Критичне мислення.** Навчіться критично оцінювати інформацію, яку ви бачите в соціальних мережах.
- **Баланс.** Пам'ятайте, що реальне життя набагато цікавіше, ніж віртуальне. Займайтеся спортом, хобі та спілкуйтеся з друзями офлайн.

Мінімізувати негативний вплив соціальних мереж на підлітків допоможуть:

- **співпраця всіх сторін:** батьків, педагогів, самих підлітків і розробників соціальних мереж;
- **розвиток цифрової грамотності:** навчати підлітків безпечного та відповідального користування Інтернетом;
- **створення сприятливого середовища:** забезпечення балансу між віртуальним і реальним світом, заохочення до інших видів діяльності;
- **регулювання діяльності соціальних мереж:** розробка законодавчих норм, які б захищали права користувачів та обмежували негативний вплив соцмереж.

Висновки. Соціальні мережі є невід’ємною частиною життя сучасних підлітків. Вони надають безліч можливостей для спілкування, навчання та самореалізації. Уплив соціальних мереж на життя підлітків є багатограним і залежить від багатьох факторів, таких, як: особистісні особливості підлітка, його оточення та інтенсивність використання соцмереж. Однак надмірне використання соцмереж може призвести до негативних наслідків для психічного здоров’я, соціальних відносин та навчання. Для того щоб мінімізувати ризики і максимізувати переваги, важливо розвивати цифрову грамотність підлітків, залучати до цього процесу батьків, педагогів і створювати безпечне онлайн-середовище.

Майбутнє соціальних мереж не передбачуване. Вони продовжуватимуть розвиватися, інтегруючи нові технології та пропонуючи нові можливості. Їхній вплив на суспільство буде тільки зростати. Важливо, щоб ми були готові до цих змін і навчилися використовувати соціальні мережі на благо суспільства.

Виховання цифрової грамотності має стати пріоритетом сучасного суспільства. Тільки так ми зможемо безпечно та ефективно використовувати можливості, які надають соціальні мережі, і уникнути їхніх негативних наслідків.

Список використаних джерел

1. Анкетування. URL: <https://forms.gle/gKhgW5eJEs9QyZet7>
2. Гудімова А.Х. Специфіка впливу соціальних мереж на психологічне благополуччя підлітків. Психологія особистості. Випуск 12. Том 2. 2020. С. 98-102.
3. Рубан А. (2021). Вплив соціальних мереж на формування ідентичності підлітків та молоді. *Науковий вісник Ізмаїльського державного гуманітарного університету*, (56), С. 213-220. URL: <http://visnyk.idgu.edu.ua/index.php/nv/article/view/507>

Яна ПАЦАЙ,

учениця 11-А класу

Обласного наукового ліцею-інтернату

КЗВО «Барський гуманітарно-педагогічний

коледж імені Михайла Грушевського»

Email: yana_patsai@bar-bgpk.com.ua

Науковий керівник:

Богдана СУКОННИК,

вихователь ліцейських класів