

Мета і методи дослідження. Мета дослідження полягає у вивченні та теоретичному обґрунтуванні особливостей сенсомоторного розвитку немовлят, а також визначенні його ролі у формуванні подальшого психічного розвитку дитини. У процесі аналізу було використано такі методи як: розгляд та узагальнення наукових джерел, синтез відомостей, зіставлення різних наукових поглядів, а також систематизація психолого-педагогічної літератури з досліджуваної проблеми.

Сутність дослідження. Сенсомоторний розвиток немовляти спирається на взаємозв'язок чуттєвих процесів з руховою активністю. Упродовж першого року життя малюк жваво пізнає оточуючий світ завдяки дотику, зору, слуху та рухами. Важливу роль у цьому процесі відіграють природні рефлекси, поступове формування координації рухів, розвиток хапальних навичок та орієнтовно-дослідницької діяльності. На різних етапах першого року життя сенсомоторні відгуки послідовно ускладнюються. Починаючи з несвідомих рухів до більш свідомих і цілеспрямованих маніпуляцій із предметами. У цей час закладаються важливі основи для подальшого розвитку мислення, мовлення та пізнання дитини.

Основні висновки. Отже, сенсомоторний розвиток немовлят відіграє важливу роль у формуванні пізнавальних процесів та всебічному розвитку особистості малюка. Гармонійне становлення чуттєвих та рухових функцій сприяє активному дослідженню навколишнього середовища й закладає основу для подальшої активності дитини. Вчасне вивчення особливостей сенсомоторного розвитку дає змогу розпізнати можливі відхилення та організувати дієву корекційно-розвиткову роботу.

ЛІТЕРАТУРА

1. Братусь І. В., Зоріна І. О., Кошечко Н. В., Моїсеєнко Р. О., Нагула О. Л. Зростаємо разом : посібник. Київ : «Калита», 2007. 153 с.
2. Кравцова А., Кукуруза А. Ранній розвиток дитини : посібник. Київ, 2015. 80 с.

Анастасія СТАВИЦЬКА,

здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти 1 курсу
факультету психолого-педагогічної освіти та мистецтв

Науковий керівник: **Катерина САПРАНКОВА,**
асистентка (БДПУ)

ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ ТА ОБРАЗУ «Я» У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Сучасний медіапростір значною мірою визначає спосіб взаємодії підлітків із соціальним середовищем. Соціальні мережі (Instagram, TikTok,

Threads та ін.) виступають платформою для самовираження, але одночасно формують модель зовнішньої оцінки, на яку підліток орієнтується при оцінюванні власного «Я». Надмірна увага до лайків, підписників, коментарів і порівняння себе з «ідеальними» образами в онлайн-середовищі може негативно впливати на самооцінку, формуючи тривожність, невпевненість і низький рівень самоприйняття. Урахування цих факторів є важливим для розробки стратегій психологічної підтримки та профілактики негативних психоемоційних наслідків цифрової взаємодії [3].

Проблема впливу соцмереж на самооцінку підлітків активно вивчається в зарубіжній та вітчизняній психології. Українські дослідники, серед яких – Л. Базь, Н. Бондарчук, С. Гордійчук, В. Шатило, О. Романенкова та А. Росоха, розглядали механізми формування цифрової самооцінки та порівняння себе з іншими користувачами. Зокрема, у роботах О. Романенкова та А. Росоха, підкреслюється, що соціальні мережі стають фактором зовнішньої валідації та джерелом когнітивного дисонансу, який здатен викликати тривожні або депресивні стани [4; 5]. Окрему увагу проблемі формування самооцінки в підлітковому віці приділяв зарубіжний дослідник Сьюзен Гартер, чії праці широко використовуються в сучасних психологічних дослідженнях. У своїх роботах авторка підкреслює, що в підлітковому віці самооцінка значною мірою залежить від соціального схвалення та оцінок з боку значущого оточення. Водночас питання взаємозв'язку онлайн-активності з внутрішнім образом «Я» та стійкістю до стресових переживань потребує подальшого теоретичного й емпіричного уточнення, особливо в умовах активного розвитку цифрових платформ.

Метою дослідження є аналіз впливу соціальних мереж на формування самооцінки та образу «Я» у підлітковому віці та визначення психологічних факторів, які посилюють або пом'якшують цей вплив. Для досягнення мети застосовано методи: теоретичного аналізу наукової літератури; порівняльного аналізу моделей цифрової самооцінки; емпіричного дослідження з використанням опитувальників «Шкала самооцінки підлітка» та «Індекс залежності від соцмереж»; аналізу кореляцій між рівнем активності в соцмережах, самооцінкою та емоційними станами.

Сутність дослідження полягає у виявленні психологічних механізмів впливу соціальних мереж на формування самооцінки та образу «Я». У роботі «Психологічні аспекти впливу соціальних мереж та цифрових медіа на життя підлітків» було встановлено, що підлітки активно орієнтуються на зовнішню оцінку (лайки, коментарі), що створює залежність від валідації та підвищує ризик невпевненості у власних здібностях. Високий рівень активності в соцмережах корелює з тенденцією до порівняння себе з іншими користувачами та переживанням соціальної невідповідності [3].

Емпіричні дослідження впливу соціальних мереж на формування самооцінки та образу «Я» проводилося нами на базі гуртка образотворчого мистецтва гімназії №22 імені Олега Ольжича м. Хмельницька, участь у якому взяли 12 підлітків (віком 14-16 років). Отримані результати засвідчують, що: 75% підлітків з високою онлайн-активністю демонструють нижчу стабільну самооцінку та частіше повідомляють про страх не відповідати «ідеальному образу»; ті, хто використовує соцмережі вибірково та критично, мають вищий рівень внутрішнього «Я»-самоприйняття та менший рівень тривожності – про це свідчать 25% опитуваних; у 100% опитуваних виявлено пряму залежність між інтенсивністю порівняння себе з іншими та частотою переживання негативних емоцій (смуток, невпевненість, відчуття неповноцінності).

На підставі результатів дослідження були визначені основні напрями психологічної допомоги підліткам у контексті впливу соціальних мереж на формування самооцінки та образу «Я». Першим напрямом є когнітивно-поведінкова підтримка, яка передбачає навчання критичній оцінці цифрового контенту та розпізнаванню маніпулятивних моделей у соцмережах. Це включає вправи на усвідомлення того, що пости, фото та відео часто демонструють лише відредаговану чи вибіркovo реальність інших користувачів. Наприклад, підлітки можуть аналізувати власні емоційні реакції на популярні тренди чи мему, визначати, які з них викликають порівняння чи заниження самооцінки, та формувати навички критичного мислення, що допомагає уникати автоматичного емоційного реагування на онлайн-контент [4 ; 5].

Другим напрямом є ресурсно-орієнтована робота, спрямована на зміцнення внутрішніх ресурсів для самоприйняття та розвитку власних сильних сторін поза цифровим середовищем. Так, С. Гартер відзначила, що підлітки навчаються ідентифікувати власні здібності, досягнення та цінності, які не залежать від лайків чи підписників. Практичними прикладами є ведення щоденника успіхів, планування власних цілей у хобі та навчанні, а також вправи на усвідомлення попереднього досвіду подолання труднощів. Л. Базь зазначає, що така робота дозволяє зміцнити почуття власної компетентності та самоповаги, що є ключовими факторами стабільної самооцінки підлітка, незалежно від впливу цифрового середовища [1].

Третім напрямом є соціальна підтримка, яка передбачає організацію групових занять із однолітками або сімейних сесій, спрямованих на зміцнення реальних міжособистісних відносин та зниження залежності від зовнішньої цифрової оцінки. Наприклад, підлітки можуть брати участь у групових обговореннях, де вони ділитися своїми емоціями, оцінками власних досягнень і труднощів без страху засудження. Цей напрям дозволяє компенсувати соціальної

ізоляції, що часто виникає через залежність від соцмереж, та формує стабільну базу емоційної підтримки у реальному житті [5].

Практичною реалізацією підтримки підлітків у контексті впливу соціальних мереж може стати нами розроблений спеціалізований тренінг «Цифрова самооцінка», який поєднує навчання критичній оцінці онлайн-контенту, вправи на усвідомлення власних ресурсів і формування здорових цифрових звичок. Наприклад, учасники тренінгу можуть аналізувати приклади контенту у соцмережах, виділяючи моменти, що викликають порівняння з іншими користувачами, та обговорювати власні емоційні реакції на такі матеріали. Крім того, підлітки виконують вправи на ідентифікацію власних сильних сторін і джерел внутрішньої підтримки, а також на визначення соціальних ресурсів поза цифровим середовищем – друзів, родини, наставників. Важливою складовою є робота над формуванням здорових цифрових звичок, наприклад, обмеження часу перебування у соцмережах, критичне ставлення до лайків і підписників, ведення особистого щоденника досягнень та позитивних подій у реальному житті.

Соціальні мережі, як показує дослідження, виступають потужним чинником формування самооцінки та образу «Я» у підлітковому віці. Вони можуть підтримувати розвиток особистості, надаючи можливості для самовираження, творчості та соціальної взаємодії, але водночас здатні дестабілізувати психоемоційний стан, якщо підліток надмірно орієнтується на зовнішню оцінку, лайки та порівняння з іншими [2]. Така орієнтація підвищує ризик розвитку тривожності, невпевненості, почуття неповноцінності та зниження самоприйняття.

Отже, комплексна робота із соціальними мережами в контексті психологічної підтримки підлітків допомагає не лише знизити негативний вплив цифрового середовища на самооцінку, але й формує навички здорового користування онлайн-платформами, сприяє розвитку внутрішньої стабільності та критичного ставлення до контенту, підвищує адаптаційні можливості та психоемоційне благополуччя підлітків. Такий підхід дозволяє забезпечити більш гармонійне формування образу «Я» та захистити психіку від надмірного зовнішнього тиску в цифровому середовищі.

ЛІТЕРАТУРА

1. Базь Л. Вплив медіаконтенту на формування соціальної ідентичності підлітків. *Проблеми розвитку ідентичності особистості в освітньому просторі*. 2025. С. 28–35.
2. Гартер С. Розвиток самооцінки в дитячому та підлітковому віці. Нью-Йорк : Guilford Press, 2012. 368 с.
3. Психологічні аспекти впливу соціальних мереж та цифрових медіа на життя підлітків / Н. Бондарчук, С. Гордійчук, В. Шатило та ін. *Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України*. 2023. № 1. С. 17–21.

4. Романенкова О. Ю. Психологічні аспекти впливу соціальних мереж на формування самооцінки підлітків. *Ментальне здоров'я*. 2025. № 3 (14). С. 41–44. DOI:10.32782/3041-2005/2025-3.14.

5. Росоха А. Г. Психологічні аспекти впливу соціальних мереж на підлітків : кваліфікаційна робота. Харків : ХАІ, 2022.

Катерина СУРЕЛО,

здобувачка першого (бакалаврського) рівня вищої освіти 4 курс
факультету дошкільної, спеціальної та соціальної освіти

Науковий керівник: **Аліна СИНИЦЯ,**

к.пед.н., доцент (БДПУ)

СУЧАСНІ ТЕХНОЛОГІЇ ЯК ЗАСІБ ВСЕБІЧНОГО РОЗВИТКУ ДИТИНИ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З ФІЗИЧНИМИ ТРУДНОЦЬМИ

Актуальність. Сучасний етап розвитку освіти характеризується активним упровадженням інноваційних технологій, які значно розширюють можливості розвитку, навчання та соціалізації дітей з особливими освітніми потребами. Особливої уваги потребують діти з фізичними труднощами, для яких традиційні методи навчання часто є недостатньо ефективними через обмеження рухової активності, труднощі у сприйнятті або виконанні певних дій.

Ступінь досліджуваності проблеми. Питання інтеграції сучасних технологій у заклади загальної середньої освіти було предметом досліджень багатьох українських науковців. Значний внесок у цю сферу зробили такі дослідники, як І. Бех, Л. Ващенко, І. Дичківська, О. Козлова та ін., підкреслюють важливість оновлення освітніх методик та адаптації навчання до сучасних вимог суспільства. Вітчизняні науковці О. Глоба, М. Єфименко, М. Мога, А. Шевцов, В. Мартинюк, В. Козьявкін та ін., досліджуючи особливості різноманітних рухових порушень, зокрема парезів верхніх кінцівок та значення диференціації та координації рухів, вказували, що систематична робота з розвитку дрібної моторики у дошкільному та молодшому шкільному віці згодом забезпечує тонкі, диференційовані рухи в процесі письма, виконання трудових операцій, ліплення, конструювання та інших рухових актів. Як зазначають науковці (С. Конопляста, І. Марченко, А. Синиця, В. Тищенко, О. Чеботарьова, М. Шеремет та ін.), в складній структурі порушень у дітей з ДЦП значне місце займають мовленнєві порушення.

Мета: визначити роль і можливості сучасних технологій як ефективного засобу всебічного розвитку дітей з фізичними труднощами, а також обґрунтувати педагогічні умови їх використання у навчально-виховному процесі.