

УДК 37.013.42:613.96]:004.77

DOI <https://doi.org/10.32782/humanitas/2025.4.8>

Олена КАРПЕНКО

доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри соціальної педагогіки та соціальної роботи факультету психології, соціальної роботи та спеціальної освіти, Київський столичний університет імені Бориса Грінченка, вул. Бульварно-Кудрявська, 18/2, м. Київ, Україна, 04053

ORCID: 0000-0002-6715-2899

Scopus Author ID: 57287160700

Тетяна СПІРІНА

кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри соціальної педагогіки та соціальної роботи, Київський столичний університет імені Бориса Грінченка, вул. Бульварно-Кудрявська, 18/2, м. Київ, Україна, 04053

ORCID: 0000-0003-0287-7343

Scopus Author ID: 57950126200

Марина ЛЕХОЛЕТОВА

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри соціальної педагогіки та соціальної роботи, Київський столичний університет імені Бориса Грінченка, вул. Бульварно-Кудрявська, 18/2, м. Київ, Україна, 04053

ORCID: 0000-0003-4055-991X

Scopus Author ID: 57950249300

Ольга ШВЕД

кандидат соціологічних наук, доцент, доцент кафедри соціальної педагогіки та соціальної роботи, Київський столичний університет імені Бориса Грінченка, вул. Бульварно-Кудрявська, 18/2, м. Київ, Україна, 04053

ORCID: 0000-0003-4251-3894

Scopus Author ID: 57277857400

Бібліографічний опис статті: Карпенко, О., Спіріна, Т., Лехолетова, М., Швед, О. (2025). Вплив соціальних медіа на формування у підлітків відповідального ставлення до здоров'я. *Ввічливість. Humanitas*, 4, 52–61, doi: <https://doi.org/10.32782/humanitas/2025.4.8>

ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕДІА НА ФОРМУВАННЯ У ПІДЛІТКІВ ВІДПОВІДАЛЬНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ЗДОРОВ'Я

Підлітки, які перебувають на певному етапі соціального й психофізичного розвитку мають різні соціальні ідентичності, що у поєднанні з індивідуальним досвідом впливає на можливості шукати і отримувати доступ до інформації різного контенту. Підлітковий вік є періодом активного формування ціннісних орієнтацій і поведінкових практик.

Соціальні медіа мають суттєвий вплив на формування у підлітків відповідального ставлення до власного здоров'я та є потужним інструментом впливу на ставлення підлітків до здоров'я, який може як підтримувати здорову поведінку та здоров'язбереження, так і провокувати деструктивну поведінку.

У статті, автори виокремлюють підходи до визначення соціальних медіа (технологічний, соціологічний, комунікаційний, мультимедійний) та визначають вплив соціальних медіа на формування у підлітків відповідального ставлення до власного здоров'я. Також, вони зазначають про важливість запровадження в закладах освіти програм сексуальної освіти, створення просвітницьких проєктів, розвитку здоров'язбережувального освітнього середовища.

Авторами визначено компоненти сформованості у підлітків відповідального ставлення до власного здоров'я, з урахуванням присутності соціальних медіа в їхньому житті. Наголошено на особливостях здійснення соціально-педагогічної діяльності соціального працівника в закладі освіти в контексті формування у підлітків відповідального ставлення до власного здоров'я та підвищення позитивного потенціалу соціальних медіа, шляхом розвитку медіа-грамотності серед підлітків, проведення активної просвітницької діяльності в соціальних мережах, інтегрування цифрових інновацій у діяльності соціальних працівників, задля створення безпечного інформаційного середовища.

Ключові слова: соціальні медіа, медіаграмотність, відповідальне ставлення до здоров'я, сексуальна освіта, підлітки, соціальний працівник, заклад освіти, здоров'язбережувальне освітнє середовище, міждисциплінарна команда, психосоціальна підтримка, деструктивна поведінка.

Olena KARPENKO

Doctor of Pedagogical Sciences, Professor at the Department of Social Pedagogy and Social Work, Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University, 18/2 Bulvarno-Kudriavska str, Kyiv, Ukraine, 04053

ORCID: 0000-0002-6715-2899

Scopus Author ID: 57287160700

Tetiana SPIRINA

Candidate of Pedagogic Sciences, Associate Professor at the Department of Social Pedagogy and Social Work, Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University, 18/2 Bulvarno-Kudriavska str, Kyiv, Ukraine, 04053

ORCID: 0000-0003-0287-7343

Scopus Author ID: 57950126200

Maryna LEKHOLETOVA

Candidate of Pedagogic Sciences, Associate Professor at the Department of Social Pedagogy and Social Work, Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University, 18/2 Bulvarno-Kudriavska str, Kyiv, Ukraine, 04053

ORCID: 0000-0003-4055-991X

Scopus Author ID: 57950249300

Olha SHVED

Candidate of Sociological Sciences, Associate Professor at the Department of Social Pedagogy and Social Work, Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University, 18/2 Bulvarno-Kudriavska str, Kyiv, Ukraine, 04053

ORCID: 0000-0003-4251-3894

Scopus Author ID: 57277857400

To cite this article: Karpenko, O., Spirina T., Lekholetova, M., Shved, O. (2025). Vplyv sotsialnykh media na formuvannia u pidlitkiv vidpovidalnoho stavlennia do zdorov'ia [The impact of social media on the formation of a responsible attitude towards health in adolescents]. *Vvichlyvist. Humanitas*, 4, 52–61, doi: <https://doi.org/10.32782/humanitas/2025.4.8>

THE IMPACT OF SOCIAL MEDIA ON THE FORMATION OF A RESPONSIBLE ATTITUDE TOWARDS HEALTH IN ADOLESCENTS

Adolescents who are at a certain stage of social and psychophysical development have different social identities, which, in combination with individual experience, affects the ability to search for and access information of various content. Adolescence is a period of active formation of value orientations and behavioral practices.

Social media have a significant impact on the formation of a responsible attitude towards one's own health in adolescents and are a powerful tool for influencing adolescents' attitudes towards health, which can both support healthy behavior and health preservation, and provoke destructive behavior.

In the article, the authors distinguish approaches to defining social media (technological, sociological, communication, multimedia) and determine the impact of social media on the formation of a responsible attitude towards one's own health in adolescents. They also note the importance of introducing sexual education programs in educational institutions, creating educational projects, and developing a health-preserving educational environment.

The authors have identified the components of the formation of a responsible attitude towards one's own health in adolescents, taking into account the presence of social media in their lives. The features of the implementation of the social and pedagogical activities of a social worker in an educational institution in the context of forming a responsible attitude towards one's own health in adolescents and increasing the positive potential of social media, through the development of media literacy among adolescents, conducting active educational activities in social networks, and integrating digital innovations into the activities of social workers, in order to create a safe information environment, are emphasized.

Key words: social media, media literacy, responsible attitude to health, sex education, adolescents, social worker, educational institution, health-preserving educational environment, interdisciplinary team, psychosocial support, destructive behavior.

Постановка проблеми. В умовах, коли Україна переживає масштабні соціальні потрясіння, зумовлені повномасштабним вторгненням, проблема відповідального ставлення до здоров'я набуває особливої актуальності та значущості. Соціальні виклики (вимушена міграція, внутрішнє переміщення, руйнування освітньої та соціальної інфраструктури, втрата стабільного соціального оточення, постійні тривоги та обстріли, зменшення живого спілкування, травматичний досвід, кризові ситуації) негативно впливають на процес формування у підлітків відповідального ставлення до власного здоров'я, у тому числі здорової сексуальної культури у підлітковому середовищі, прояви ризикованої поведінки, загострення негативного впливу соціальних медіа через брак навичок медіаграмотності та критичного мислення.

Соціальні медіа стали невід'ємною частиною життя підлітків, виконуючи функції комунікації, самовираження та отримання інформації, що впливає на поведінкові моделі, включно з відношенням до власного здоров'я. Водночас, соціальні медіа здатні як сприяти формуванню відповідального ставлення до власного здоров'я, так і бути джерелом ризикованих моделей поведінки. У цьому контексті важливою є роль соціального працівника, спрямованої на розвиток медіаграмотності, психосоціальної підтримки та просвітницької діяльності серед підлітків (Лях та ін., 2022).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз наукової літератури вказує на те, що проблема впливу соціальних медіа на формування відповідального ставлення до здоров'я, займає одне з провідних місць у дослідженнях питань сексуальної освіти як складової здорового способу життя підлітків. Зокрема, дослідження спрямовані на вивчення питань соціальних мереж в ієрархії інформаційного простору (Григорова, 2017); розвитку медіаграмотності молодого покоління (Руденко та ін., 2022); сексуальної освіти, як складової здорового способу життя (необхідність отримання достовірної, науково обґрунтованої інформації про сексуальність, статеві взаємостосунки, репродуктивне здоров'я, формування навичок відповідальної поведінки та ін.) (Кравченко, Кобзева, 2018); важливості формування у підлітків мотивації до збереження та зміцнення репродуктивного здоров'я, шляхом форму-

вання знань, навичок й компетенцій, необхідних для ухвалення виважених й ефективних рішень щодо правил безпечної сексуальної поведінки, власного сексуального та репродуктивного здоров'я, особистої безпеки (Зимівець, Петрович, Закусило, 2010; Даниленко, Спіріна, 2023; Спіріна, Петрович, Козачок, 2025).

Особливої уваги заслуговують дослідження спрямовані на вивчення особливостей організації здоров'язбережувального освітнього середовища в закладах освіти з метою популяризації здорового способу життя, профілактики інтернет залежності, деструктивної поведінки підлітків, формування навичок безпечного користування соціальними медіа. У цьому контексті, науковці акцентують увагу на впливі соціальних мереж на психологічний стан та самооцінку української молоді (Гречановська, Мегем, Потапюк, 2023); соціальних медіа як засобу комунікації в освітньому середовищі в умовах кризових ситуацій (Маранчак, 2024); необхідності адаптації освітнього процесу до умов воєнного часу шляхом впровадження відповідних методів і засобів, які сприятимуть мінімізації травматичного досвіду та негативного психоемоційного стану учасників освітнього процесу (Карпенко, Спіріна, Нохріна, 2025); потребі у профілактиці деструктивних видів поведінки підлітків, які можуть призвести до фізичних і психічних травм та захворювань, труднощів у взаємодії з оточенням, конфлікту із законом й негативно вплинути на їх розвиток і соціальне становлення (Журавель та ін., 2022); формуванні здоров'язбережувальної компетентності учасників освітнього процесу з врахуванням відповідної підготовки педагогів та особливостей соціально-педагогічної роботи з батьками щодо підтримки ними дітей та підлітків у кризові періоди, через підтримку, допомогу у складних ситуаціях, зокрема, як впоратися з власним страхом, тривогою, почуттям безвиході, у разі проявів ризикованої поведінки, інтернет залежності тощо (Лехолетова, 2018; Лях та ін., 2022); важливості врахування способів репрезентації контенту сексуального характеру в популярних українських інформаційних онлайн-медіа за допомогою методів моніторингу та аналізу (Грисюк, 2013).

Мета статті: визначити вплив соціальних медіа на формування у підлітків відповідального ставлення до власного здоров'я та виокре-

мити напрями соціально-педагогічної діяльності соціального працівника в закладі освіти в контексті підвищення у підлітків позитивного потенціалу соціальних медіа.

Виклад основного матеріалу. Соціальні медіа, розуміють як онлайн-технології, що дають можливість користувачам створювати, обмінюватися, поширювати, споживати контент, взаємодіяти, співпрацювати один з одним через соціальні мережі (Каплуненко, Бондаренко, 2020). Досліджуючи та обговорюючи питання відповідального ставлення підлітків до власного здоров'я, важливо враховувати вплив соціальних медіа на цей процес, що допоможе розробити ефективні підходи до мотивації на здоров'язбереження, оскільки вони впливають як на поведінку підлітків в соціумі, так і здатні формувати в них навички збереження сексуального, психосоціального здоров'я.

Так, А. Bandura зазначає, що значну кількість інформації про цінності та моделі поведінки підлітки отримують саме із соціальних медіа. На думку науковця, їх вплив здебільшого посилюється через перебування людей в обмеженому віртуальному середовищі (коли комунікація, робота, навчання, отримання будь якої, інформації здобувається через використання Інтернет-мережі) (Bandura, 2001). Це може призводити до зловживань у підлітків електронними іграми, соціальними мережами, провокувати ризиковану й деструктивну поведінку, зростають випадки булінгу в соціальному середовищі, у тому числі в освітньому (Журавель та ін., 2022). Прагнення у підлітків до незалежності, виклик правилам і випробування обмежень, етап активних гормональних процесів, формування психосексуальної орієнтації й усвідомлення себе як представника певної статті, прагнення до самостійності штовхають їх на шлях експериментів, пов'язаний із ризиком для здоров'я. З'являється бажання відповідати навколишньому оточенню, яке не завжди позитивне, та розвивати відповідну поведінку. Для цього періоду надзвичайно актуальною є необхідність соціальної ідентифікації, вибору системи цінностей, вибору життєвого шляху, значимих дорослих, професійного самовизначення. Так, зростає необхідність формування у підлітків навичок медіаграмотності, критичного мислення, аналізу отримуваної інформації з соціальних медіа, відсіювання негативного,

небезпечного контенту, що може призводити до спотвореного бачення життєвої траєкторії, знань щодо основ здоров'язбереження, здорової сексуальної поведінки тощо.

В науковій літературі під медіаграмотністю розуміють «...комплекс знань, мотивів, певних умінь і наявність можливостей (головною з яких є критичне мислення), що здатні сприяти до добирання, використання, створення та передавання медіатекстів різноманітних видів, а також медіаграмотність нерозривно пов'язана з аналізом функціонування медіа як складного процесу в суспільстві» (Найдюнова, 2023).

Науковці В. Горохова, Н. Дегтярьова, С. Петренко, Ю. Руденко виділяють чотири рівні медіаграмотності: розуміння сутності роботи медіа та їх вплив на суспільство; технічні навички свідомого використання медіа; особливості взаємодії у медіасередовищі, створення і представлення власного контенту; ефективне використання і взаємодія у медіа, навички захисту, протистояння деструктивним впливам медіа (Руденко та ін., 2022). Від рівня медіаграмотності підлітків залежить і їхній рівень відповідального ставлення до власного здоров'я, навичок оцінювання ризиків від неконтрольованого використання медіа, розуміння основних аспектів здорової сексуальної поведінки.

В. Грисюк зазначає, що в українському онлайн просторі наявні п'ять способів представлення контенту сексуального характеру, як от: маніпуляції у поданні інформації як «фактів без оцінок», що може призвести до закріплення стереотипних уявлень та «ярликів» серед підліткової аудиторії; поширення просвітницьких матеріалів щодо сексуальної освіти; збільшення різноманітних публікацій, відео сексуального характеру з позитивною оцінкою; розповсюдження інформації сексуального характеру з негативною оцінкою; організація, проведення обговорень, дискусій задля з'ясування суспільної думки (Грисюк, 2013). Т. Жерьобкіна наголошує на відсутності сексуальної культури у суспільстві й акцентує увагу на сексуалізації соціальних медіа, які поширюють шкідливі стереотипи щодо сексуальної освіти підлітків (Освіторія, 2017).

Підлітковий вік є періодом активного формування ціннісних орієнтацій і поведінкових практик, підлітки часто наслідують моделі поведінки, які бачать у медіа. Соціальні мережі

є і простором для ідентифікації з інфлюенсерами, які мають певний вплив на свою аудиторію через соціальні медіа та інші цифрові канали, котрі можуть як пропагувати здоровий спосіб життя, так і популяризувати небезпечні практики. Небезпечними тенденціями, що наявні у соціальних медіа є: поширення дезінформації щодо здоров'я (дезінформація щодо вакцинації, фейкові методи лікування); популяризація небезпечних челенджів (TikTok-тренди, що призводять до травм і смертей); пропаганда шкідливих звичок (куріння вейпів, електронних сигарет, нікотинових паучів VELO, вживання алкоголю, практикування небезпечних дієт); психологічні ризики (залежність від соціальних мереж, кібербулінг, занижена самооцінка через нереалістичні стандарти краси). Так, підлітки є особливо вразливою групою населення, через інформацію яку вони можуть отримати в Інтернет-мережі, часто сумнівної якості й достовірності, зокрема, щодо питань здоров'язбереження. Як результат, це може негативно позначитись на формуванні у підлітків відповідального ставлення до власного здоров'я.

Науковці О. Закусило, Н. Зимівець, В. Петрович розглядають відповідальне ставлення до здоров'я, як цілісність когнітивно-пізнавального (система знань людини про чинники здоров'я, усвідомлення сутності здорового способу життя, здоров'я та відповідальності за нього, оцінювання можливостей власних і навколишнього середовища щодо його розвитку, формування мотивації до здійснення здоров'язбережувальної діяльності, яка забезпечує досягнення благополуччя), емоційно-оцінного (занепокоєння, хвилювання й очікування людини, пов'язані зі станом її здоров'я, почуття відповідальності за здоров'я, емоційне оцінювання досягнутих результатів, емоційні реакції на знання, пов'язані із проблемою збереження та зміцнення здоров'я), потребнісно-ціннісного (місце здоров'я у особистій ієрархії фундаментальних й інструментальних цінностей людини, усвідомлення здоров'я як індивідуальної потреби, як найважливішої життєвої цінності, вибір життєвого шляху, механізмів саморозвитку), мотиваційно-вольового (здатність людини до внутрішньої мотивації дій; оволодіння своєю поведінкою і своїми психічними процесами, здійснення практичних дій, направлених на

турботу про власне здоров'я), практично-діяльнісного (здатність до здоров'язбережувальної діяльності, наявність життєвих умінь і навичок, відкритість новому, здійснення власної життєдіяльності відповідно до визначених принципів), рефлексивно-результативного (здатність до осмислення й прогнозування діяльності щодо власного здоров'я, пояснення причинно-наслідкових зв'язків, усвідомлення індивідуальних потреб, цінностей, особистих можливостей; співвіднесення їх із можливостями соціуму) компонентів (Зимівець, Петрович, Закусило, 2010). Так, відповідальне ставлення до здоров'я, поєднуючи в собі потребу у здоров'ї в системі цінностей особистості, усвідомлення сутності сексуального здоров'я та своєї ролі у його збереженні й зміцненні, емоційне оцінювання стану здоров'я, цілеспрямовані конкретні дії з досягнення соціально-психологічного благополуччя особистості, є складним, багатоконпонентним явищем.

Попри ризики, соціальні медіа можуть бути й ефективним інструментом формування у підлітків відповідального ставлення до власного здоров'я, через: доступність просвітницької інформації (відеоінструкції, онлайн-лекції, відео-ролики про здоровий спосіб життя, сексуальну культуру); формування онлайн-спільнот підтримки (групи для підлітків із хронічними захворюваннями, підтримка під час психоемоційних криз, стресових розладів); успішні медіа кампанії для профілактики ризикованої поведінки підлітків (Лях та ін., 2022).

Поділяємо думку М. Маранчака, який зазначає, що застосування соціальних медіа в освітньому середовищі може сприяти покращенню добробуту та безперервного освітнього процесу населення в кризових ситуаціях (Маранчак, 2024). В контексті нашого дослідження, корисними є виділені науковцем стратегії такого застосування в умовах закладу освіти або неформальної освіти, а саме: розробка цікавого та інформативного контенту, який спонукатиме підлітків бути активними та вдумливими; створення можливостей для колективного навчання та обміну знаннями, взаємодії та співпраці між усіма учасниками освітнього процесу завдяки освітнім платформам; використання соціальних медіа, щоб проводити опитування, заохочувати до активності, самовираження та критичного мислення.

Аналіз наукових джерел (Григорова, 2017; Каплуненко, Бондаренко, 2020; Руденко та ін., 2022; Маранчак, 2024) дав змогу виокремити такі ключові підходи до визначення соціальних медіа:

- технологічний (сукупність технологій в Інтернеті, які дозволяють користувачам взаємодіяти між собою в залежності від потреб використання; можливість персоналізації інформації, коли користувачу надається максимально відповідні його запитам новини, рекламні пропозиції, освітні ресурси на основі дослідження поведінки користувача в мережі);

- соціологічний (цифровий простір, який створюється користувачами для інших користувачів, спонукаючи до взаємодії, налагодження зв'язку на особистісному, професійному, політичному, соціальному рівнях);

- комунікаційний (засіб масової комунікації в Інтернеті, який сприяє активній взаємодії, співпраці, комунікації користувачів у створенні й розповсюдженні контенту);

- мультимедійний – професійні інтернет-ЗМІ (інтернет-видання: онлайн газети, журнали, сайти інформаційних агенцій, сайти новин, групи новин; інтернет-телебачення, інтернет-радіо); онлайн-ігри; соціальні медіа (соціальні мережі, блоги, медіахостинги, інтернет-енциклопедії тощо);

- соціальні мережі на базі засобів мобільного зв'язку (месенджери: «Skype», «Viber», «WhatsApp», «Snapchat», «Telegram», «Signal»).

До характерних рис соціальних медіа, 3. Григорова відносить: наявність акаунта (зазначається детальна інформація про користувача, що дає можливість: пошуку друзів, осіб зі спільними інтересами тощо; самостійно формувати коло спілкування, створювати та обмінюватись мультимедійним контентом; вибіркового розповсюдження інформації (доступність для певного кола користувачів); автоматичного поширення інформації за встановленими зв'язками між користувачами; спілкування напряду без використання додаткових інструментів (електронної пошти чи месенджерів); автоматичне об'єднання усіх новин друзів, груп і спільнот у спільну стрічку і відображення її в акаунті користувача (Григорова, 2017).

Наразі, кожен підліток має необмежений доступ до соціальних медіа різного характеру та призначення. Підлітки використовують нові

можливості соціальних медіа для особистих взаємостосунків, часто інтимного характеру (секстинг, обмін інтимними фотографіями, стосунки, які обмежені комунікацією, спілкуванням винятково в Інтернеті). Якщо у підлітків не сформоване критичне мислення, морально-ціннісні орієнтації щодо свого образу, вони можуть потрапити під кібербулінг чи секстинг. Багато підлітків, перебуваючи у стосунках надсилають одне одному відверті фото та відео. Однак, коли романтичні стосунки закінчуються, можуть виникнути проблеми, коли одна сторона намагається присоромити іншу, використовуючи фото відвертого характеру. І відсутність якісної сексуальної освіти лише посилює ці ризики (Спіріна, Петрович, Козачок, 2025).

На думку науковців, сутність формування відповідального ставлення до здоров'я у підлітків є процесом отримання достовірної, актуальної, збалансованої інформації для усвідомлення цінності власного здоров'я й особистої відповідальності за нього. Зокрема, якщо йдеться про сексуальну освіту, то вона має включати біологічні, моральні, психологічні, соціальні, правові аспекти з метою отримання достовірної, науково обґрунтованої інформації про сексуальність, статеві взаємостосунки, репродуктивне здоров'я, формування навичок відповідальної поведінки (Кравченко, Кобзева, 2018; Даниленко, Спіріна, 2023). На нашу думку, розробляючи зміст програми сексуальної освіти важливо враховувати запити підлітків та спиратися на їхні реальні потреби (прагнення бути значимими у своєму середовищі, стосунки з протилежною статтю, самовдосконалення, сексуальна реалізація та ін.). Враховуючи особисті новоутворення підліткового віку (концептуальне мислення, чутливість до саморозвитку, усвідомлення власної цінності, призначення в житті, самоаналіз власної життєдіяльності) під час реалізації процесу формування відповідального ставлення до здоров'я варто використовувати інтерактивні методи навчання, які дадуть змогу підвищити значущість отримуваної інформації через активізацію діяльності особистості. Так, програма повинна включати розгляд питань щодо: особливостей побудови стосунків із протилежною статтю, можливості для самовдосконалення, безпечної сексуальної реалізації і ризиків, що можуть бути з нею пов'язані. Розгляд цих

питань, посилює мотивацію підлітків до формування відповідального ставлення до власного здоров'я, оскільки є актуальними саме в цей період їхнього життя.

З огляду на те, що підлітковий вік є критичним періодом для формування й розвитку соціально прийнятної поведінки, то саме в цей час необхідна регулярна, планомірна, послідовна підтримка фахівців міждисциплінарної команди в умовах закладу освіти (мотивування щодо зміни поведінки підлітка, комплексний підхід до вирішення його складних життєвих ситуацій, скоординована робота членів міждисциплінарної команди) (Карпенко, Спіріна, Лехолетова, 2025). Будучи у складі міждисциплінарної команди, соціальний працівник, володіючи здоров'язбережувальною компетентністю, може виступати ключовою фігурою у формуванні сексуальної культури, здорової поведінки підлітків, мінімізації негативного впливу соціальних медіа в умовах закладу освіти, шляхом організації просвітницьких, профілактичних заходів, надання психосоціальної підтримки, як в очному, так і в дистанційному або змішаному форматі з використанням Інтернет-мережі, соціальних медіа, ІКТ-технологій.

Проведений аналіз наукових джерел (Зимівець, Петрович, Закусило, 2010; Каплуненко, Бондаренко, 2020; Лехолетова, 2018; Журавель та ін., 2022; Лях та ін., 2022) і власне бачення досліджуваної проблеми, дає підстави визначити компоненти сформованості у підлітків відповідального ставлення до власного здоров'я, з урахуванням присутності соціальних медіа в їхньому житті:

- мотиваційний (визнання підлітками цінності власного здоров'я в системі життєвих цінностей, бажання дотримуватись безпечної поведінки у власній життєдіяльності, створювати навколо себе здоров'язбережувальне середовище, розвивати навички критичного мислення та медіаграмотності з розумним використанням соціальних медіа);

- когнітивний (обізнаність з питань здоров'язбереження, розуміння аспектів сексуальної освіти, безпечної поведінки в освітньому, соціальному та Інтернет середовищах, фізичних, психологічних, соціальних особливостей в різні періоди дорослішання);

- діяльнісний (навички організації здорового способу життя, критичного мислення, медіаграмотності, здатність до самовдосконалення власного здоров'я, соціальної взаємодії);

- рефлексивний (здійснення рефлексії власної здоров'язбережувальної діяльності; наявність особистісних якостей, необхідних для постійного саморозвитку та самоосвіти (в контексті відповідального ставлення до власного здоров'я, розвитку навичок критичного мислення та медіаграмотності, розумного й безпечного використання соціальних медіа).

Здійснюючи соціально-педагогічну діяльність в закладі освіти щодо формування у підлітків відповідального ставлення до здоров'я та підвищення позитивного потенціалу соціальних медіа, соціальному працівнику необхідно спрямовувати зусилля на таких ключових напрямках роботи: розвитку медіаграмотності (навчання особливостям роботи медіа та їх впливу на суспільство, навчання сучасним методам комунікації, критичному мисленню щодо оцінювання отриманої інформації, розпізнавання фейків та маніпуляцій, розвиток навичок захисту, протистояння деструктивним впливам медіа); психосоціальній підтримці (консультування, постраждалих від кібербулінгу, секстингу, знущань та приниження, які здійснюються за допомогою різних гаджетів з використанням інтернету та мобільного зв'язку, зокрема, через електронну пошту, в чатах, соціальних мережах, на web-сайтах); просвітницькій діяльності (розробка та реалізація комплексних програм із сексуальної освіти, організація тренінгів, вебінарів, онлайн-кампаній із популяризації здорового способу життя, адвокація прав підлітків на отримання правдивої, достовірної інформації); інноваційних підходах (створення інтерактивного контенту з використанням чат-ботів, онлайн-інструменту CYBERSAFE, Instagram, Snapchat і TikTok-відео, Reels, партнерства з блогерами, які пропагують здорові практики); міждисциплінарній взаємодії для досягнення системного ефекту (Токарева, 2014). Для реалізації поставлених завдань та ефективної комунікації з підлітками, тримати руку на пульсі в контексті впливу соціальних медіа, соціальному працівнику важливо мати цифрові навички, застосовувати ІКТ та інтерактивні методи навчання в освітньому середовищі. Це допоможе підвищувати рівень сформованості відповідального ставлення до здоров'я та безпечної поведінки в Інтернет-мережі, допомагати подолати психологічні травми й адаптуватися до нових реалій.

Висновки. Таким чином, соціальні медіа є потужним інструментом та мають суттєвий вплив на формування у підлітків відповідального ставлення до власного здоров'я, можуть як підтримувати у підлітків здорову поведінку та здоров'язбереження, так і провокувати деструктивну поведінку.

Ключовими підходами до визначення соціальних медіа є: технологічний (сукупність технологій в Інтернеті, які дозволяють користувачам взаємодіяти між собою в залежності від потреб використання; можливість персоналізації інформації); соціологічний (цифровий простір, який створюється користувачами для інших користувачів, спонукаючи до взаємодії, налагодження зв'язку на особистісному, професійному, політичному, соціальному рівнях); комунікаційний (засіб масової комунікації в Інтернеті, який сприяє активній взаємодії, співпраці, комунікації користувачів у створенні й розповсюдженні контенту); мультимедійний (професійні інтернет-ЗМІ, онлайн-ігри, соціальні медіа); соціальні мережі на базі засобів мобільного зв'язку.

Компонентами сформованості у підлітків відповідального ставлення до власного здоров'я, з урахуванням присутності соціальних медіа в їхньому житті є: мотиваційний (визнання підлітками цінності власного здоров'я в системі життєвих цінностей, бажання дотримуватись безпечної поведінки у власній життєдіяльності, створювати навколо себе здоров'язбережувальне середовище,

розвивати навички критичного мислення та медіаграмотності з розумним використанням соціальних медіа); когнітивний (обізнаність з питань здоров'язбереження, розуміння аспектів сексуальної освіти, безпечної поведінки в освітньому, соціальному та Інтернет середовищах, фізичних, психологічних, соціальних особливостей в різні періоди дорослішання); діяльнісний (навички організації здорового способу життя, критичного мислення, медіаграмотності, здатність до самовдосконалення власного здоров'я, соціальної взаємодії); рефлексивний (здійснення рефлексії власної здоров'язбережувальної діяльності; наявність особистісних якостей, необхідних для постійного саморозвитку та самоосвіти (в контексті відповідального ставлення до власного здоров'я, розвитку навичок критичного мислення та медіаграмотності, розумного й безпечного використання соціальних медіа).

До особливостей здійснення соціально-педагогічної діяльності соціального працівника в закладі освіти в контексті формування у підлітків відповідального ставлення до власного здоров'я та підвищення позитивного потенціалу соціальних медіа, можливе шляхом розвитку медіаграмотності серед підлітків, проведення активної просвітницької діяльності в соціальних мережах, інтегрування цифрових інновацій у діяльності соціальних працівників, задля створення безпечного інформаційного середовища.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гречановська О.В., Мегем О.М., Потапюк Л.М. Вплив соціальних мереж на психологічний стан та самооцінку української молоді. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія : Психологія*. 2023. Том 34(73). № 4. С. 60–66. DOI: <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.4/11>
2. Григорова З. В. Нові медіа, соціальні медіа, соціальні мережі – ієрархія інформаційного простору. *Технологія і техніка друкарства: збірник наукових праць*. 2017. (3). С. 93–100.
3. Грисюк В. Репрезентація сексуальності в українських онлайн-ЗМІ. *Вісник Харківського Національного Університету імені В. Н. Каразіна. Серія «Соціальні комунікації»*. 2018. URL: https://www.researchgate.net/publication/351055108_Reprezentacia_seksualnosti_v_ukrainskih_onlajn-ZMI#fullTextFileContent
4. Даниленко А., Спіріна Т. Сексуальна освіта як складова здорового способу життя підлітків. *Ввічливість. Humanitas*. 2023. (1). С. 104–109. DOI: <https://doi.org/10.32782/humanitas/2023.1.15>
5. Журавель Т., Іванюк І., Лехолетова М., Лютий В., Лях Т., Пашко Н., Соловійова В., Сорокіна О., Спіріна Т., Суліцький В., Удовенко Ю., Чепенко О., Чуйко О., Швед О., & Янковець В. Профілактика деструктивної поведінки підлітків (Т. Журавель & Ю. Удовенко, Ред.). Видавництво ФО-П Буря О. Д. Київ. 2022. 144 с.
6. Зімівець Н. В., Петрович В. С., Закусило О. Ю. Навчання здоров'я: просвітницька робота з підлітками щодо збереження, розвитку та зміцнення репродуктивного здоров'я : навч.-метод. посіб. Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2010. 360 с.
7. Каплуненко В., Бондаренко С. Основні підходи до визначення поняття соціальні медіа (огляд зарубіжних та вітчизняних досліджень). *Вісник студентського наукового товариства Донецького національного університету імені Василя Стуса*. 2020. Т. 2, № 12. С. 236–239. URL: <https://jvestnik-sss.donnu.edu.ua/article/view/9274/9218>.
8. Карпенко О. Г., Спіріна Т. П., Лехолетова М. М. Міждисциплінарна взаємодія у наданні соціальних послуг вразливим групам населення. *Соціальна педагогіка: теорія та практика*. 2025. (1). С. 42–50.

9. Карпенко О., Спіріна Т., Нохріна І. Організація освітнього процесу у закладах вищої освіти України в період воєнного стану. *Social Work and Education*. 2025. 12(1). 34–43. DOI: 10.25128/2520-6230.25.1.3
10. Кравченко Л. А., Кобзева І. М. Роль сексуальної освіти у зміцненні здоров'я підлітків. *Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку*: матер. II Міжнар. наук.-практ. інтернет-конфер., м. Бердянськ, 25–26 квітня 2018 р. Бердянськ : БДПУ. 2018. С. 62–63.
11. Лехолетова М. М. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів у процесі професійної підготовки / Дисерт. Інституційний репозитарій Київського університету імені Бориса Грінченка. 2018. URL: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/24972>
12. Лях Т., Лехолетова М., Петрович В., Спіріна Т. Соціально-педагогічна робота з батьками щодо підтримки ними дітей у період війни. *Ввічливість. Humanitas*. 2022. 2. 24–30. DOI: <https://doi.org/10.32782/humanitas/2022.2.3>
13. Маранчак М. М. Аналіз використання соціальних медіа як засобу комунікації в освітньому середовищі в умовах кризових ситуацій. *Академічні візії*. 2024. (28). С. 1–13. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.107059891>.
14. Найдьонова Л. А. Розвиток медіаосвіти в територіальній громаді: шляхи подолання психологічних наслідків : Методичні рекомендації. 2023. URL: <https://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/206>.
15. Освіторія. Як відбувається статева освіта за кордоном. 2017. URL: <https://osvitoria.media/experience/htorokazhe-pro-seks-2/>
16. Руденко Ю., Дегтярьова Н., Петренко С., Горохова В. Розвиток медіаграмотності молодого покоління: практичний аспект проблеми. *Фізико-математична освіта*. 2022. 5(37). С. 56–63.
17. Спіріна Т., Петрович В., Козачок Р. До питання сексуальної освіти підлітків у закладах загальної середньої освіти. *Ввічливість. Humanitas*. 2025. (2). С. 192–197. DOI: <https://doi.org/10.32782/humanitas/2025.2.25>
18. Токарева Н. М., Шамне А. В., Макаренко Н. М. Сучасний підліток у системі психолого-педагогічного супроводу : монографія. Кривий Ріг, 2014. 312 с
19. Bandura A. Social Cognitive Theory of Mass Communication. *Media Psychology*. 2001. 3(3). 265–299. DOI: https://doi.org/10.1207/s1532785xmep0303_03

REFERENCES:

1. Hrechanovska, O.V., Mehem, O.M., & Potapiuk, L.M. (2023). Vplyv sotsialnykh merezh na psykholohichni stan ta samoostinku ukrainskoi molodi [The impact of social networks on the psychological state and self-esteem of Ukrainian youth]. *Scientific notes of the Ternopil National University named after V.I. Vernadsky*. Series: Psychology. 34(73). № 4. 60–66. DOI: <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.4/11> [in Ukrainian].
2. Hryhorova, Z. V. (2017). Novi media, sotsialni media, sotsialni merezhi – iierarkhiia informatsiinoho prostoru [New media, social media, social networks – the hierarchy of information space]. *Tekhnolohiia i tekhnika drukarstva: zbirnyk naukovykh prats*. (3). 93–100 [in Ukrainian].
3. Hrysiuk, V. (2018). Rerezentatsiia seksualnosti v ukrainskykh onlain-ZMI [Representation of sexuality in Ukrainian online media]. *Bulletin of the V. N. Karazin Kharkiv National University. Series «Social Communications»*. Retrieved from: https://www.researchgate.net/publication/351055108_Rerezentacia_seksualnosti_v_ukrainskikh_onlajn-ZMI#fullTextFileContent [in Ukrainian].
4. Spirina, T., & Danylenko, A. (2023). Seksual'na osvita yak skladova zdorovoho sposobu zhyttia pidlitkiv [Sexual education as a component of a healthy lifestyle for teenagers]. *Vvichlyvist. Humanitas*, 1, 104–109. DOI: <https://doi.org/10.32782/humanitas/2023.1.15> [in Ukrainian].
5. Zhuravel, T., Ivanyuk, I., Lekholetova, M., Lyuty, V., Lyakh, T., Pashko, N., Soloyova, V., Sorokina, O., Spirina, T., Sulits'ky, V., Udovenko, YU., Chuyko, O., Shved, O., & Yankovets', V. (2022). Profilaktyka destruktivnoyi povedinky pidlitkiv [Prevention of destructive behavior of teenagers] (T. Zhuravel' & YU. Udovenko, Red.). Vydavnytstvo FO-P Burya O.D. Retrieved from: https://www.researchgate.net/publication/361903322_profilaktika_destruktivnoi_povedinki_pidlitkiv [in Ukrainian].
6. Zymivets, N. V., Petrovych, V. S., & Zakusylo, O. Yu. (2010). Navchannia zdorov'ia: prosvitnytska robota z pidlitkami shchodo zberezhenia, rozvytku ta zmitsnennia reproduktyvnoho zdorov'ia : navchalno-metodychnyi posibnyk [Health education: educational work with adolescents on preserving, developing and strengthening reproductive health: teaching and methodological manual]. Lutsk: Lesya Ukrainka National University. 360 [in Ukrainian].
7. Kaplunencko, V., & Bondarenko, S. (2020). Osnovni pidkhody do vyznachennia poniattia sotsialni media (ohliad zarubizhnykh ta vitchyznianykh doslidzhen) [Main approaches to defining the concept of social media (review of foreign and domestic research)]. *Bulletin of the Student Scientific Society of Vasyl Stus Donetsk National University*. 2(12). 236–239. Retrieved from: <https://jvestnik-sss.donnu.edu.ua/article/view/9274/9218> [in Ukrainian].
8. Karpenko O. H., Spirina T. P., & Lekholetova M. M. (2025). Mizhdystsyplinarna vzaemodiia u nadanni sotsialnykh posluh vrazlyvym hrupam naselennia [Interdisciplinary interaction in the provision of social services to vulnerable population groups]. *Sotsialna pedahohika: teoriia ta praktyka*. (1). 42–50 [in Ukrainian].

9. Karpenko, O., Spirina, T., & Nokhrina, I. (2025). Orhanizatsiia osvithnoho protsesu u zakladakh vyshchoi osvity Ukrainy v period voiennoho stanu [Organization of the educational process in higher education institutions of Ukraine during the period of martial law]. *Social Work and Education*, 12(1), 34–43. <https://doi.org/10.25128/2520-6230.25.1.3> [in Ukrainian].
10. Kravchenko, L. A., & Kobzieva, I. M. (2018). Rol seksualnoi osvity u zmitsnenni zdorov'ia pidlitkiv [The role of sex education in promoting adolescent health]. *Science of the 3rd millennium: searches, problems, development prospects: Materials of the 2nd International Scientific and Practical Internet Conference*, Berdyansk, April 25–26, 2018. (2). 62–63 [in Ukrainian].
11. Lekholetova, M. M. (2018). Formuvannia zdoroviazberezhuvanoi kompetentnosti maibutnikh sotsialnykh pedahohiv u protsesi profesiinoi pidhotovky [Formation of Healthcare Competence of Future Social Educators in the Process of Professional Training] [PhD dissertation, Boris Grinchenko Kyiv University]. Borys Grinchenko Kyiv University Institutional Repository. Retrieved from: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/24972> [in Ukrainian].
12. Liakh, T., Lekholetova, M., Petrovych, V., & Spirina, T. (2022). Sotsialno-pedahohichna robota z batkami shchodo pidtrymky nymy ditei u period viiny [Socio-pedagogical work with parents to support their children during the war]. *Vvichlyvist. Humanitas*, 2, 24–30. DOI: <https://doi.org/10.32782/humanitas/2022.2.3> [in Ukrainian].
13. Maranchak, M. M. (2024). Analiz vykorystannia sotsialnykh media yak zasobu komunikatsii v osvithnomu sere-dovyshchi v umovakh kryzovykh sytuatsii [Analysis of the use of social media as a means of communication in the educational environment in crisis situations]. *Akademichni vizii*, (28). 1–13. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.10705989> [in Ukrainian].
14. Naidonova, L. A. (2023). Rozvytok mediaosvity v terytorialnii hromadi: shliakhy podolannia psykholohichnykh naslidkiv : Metodychni rekomendatsii [Development of media education in the territorial community: ways to overcome psychological consequences: Methodological recommendations]. Retrieved from: <https://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/206> [in Ukrainian].
15. Osvitoriia. (2017). Yak vidbuvaetsia stateva osvita za kordonom [How sex education works abroad]. Retrieved from: <https://osvitoria.media/experience/hto-rozkazhe-pro-seks-2/> [in Ukrainian].
16. Rudenko, Yu., Dehtiarova, N., Petrenko, S., & Horokhova, V. (2022). Rozvytok mediahramotnosti molodoho pokolinnia: praktychnyi aspekt problemy [Developing media literacy among the younger generation: a practical aspect of the problem]. *Fizyko-matematychna osvita*. 5(37). 56–63 [in Ukrainian].
17. Spirina, T., Petrovych, V., & Kozachok, R. (2025). Do pytannya seksualnoyi osvity pidlitkiv u zakladakh zahal-noyi sere-dnoyi osvity [On the issue of sexual education for adolescents in secondary education institutions]. *Vvichlyvist. Humanitas*, 2, 192–197. DOI: <https://doi.org/10.32782/humanitas/2025.2.25> [in Ukrainian].
18. Tokareva, N. M., Shamne, A. V., & Makarenko, N. M. (2014). Suchasnyi pidlitok u systemi psykholoho-pedahohichnoho suprovodu : monohrafiia [Modern teenager in the system of psychological and pedagogical support : monograph]. Kryvyi Rih. 312.
19. Bandura, A. (2001). Social Cognitive Theory of Mass Communication. *Media Psychology*. 3(3). 265–299. DOI: https://doi.org/10.1207/s1532785xmep0303_03

Дата надходження статті: 23.08.2025

Дата прийняття статті: 04.09.2025

Опубліковано: 15.10.2025