

ВПЛИВ ГАДЖЕТІВ НА ПОВЕДІНКУ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Левченко А. С.

*здобувачка вищої освіти другого (магістерського) рівня
ОП «Психологія. Клінічна та реабілітаційна психологія»
Мелітопольський державний педагогічний університет
імені Богдана Хмельницького
м. Запоріжжя, Україна*

Сучасний етап розвитку суспільства позначений стрімкою цифро-візацією всіх сфер життя, що істотно впливає на процеси соціалізації, пізнавальну діяльність та емоційно-поведінкові прояви підростаючого покоління. Використання гаджетів – смартфонів, планшетів, комп'ютерів – стало невід'ємною частиною повсякденного життя вже з раннього дитинства.

Особливу увагу привертає молодший шкільний вік (6–11 років), який є сенситивним періодом розвитку базових когнітивних процесів – уваги, пам'яті, мислення, мовлення, а також формування емоційно-вольової регуляції та моральних орієнтирів. Цифрові пристрої, за умови їх раціонального використання, можуть стимулювати когнітивний розвиток дитини, активізуючи увагу, пам'ять і мислення, сприяти формуванню самосвідомості, творчості та гнучкого, мульти-модального способу мислення. Водночас надмірне або неструктуроване користування ними здатне спричиняти формування залежної поведінки, зниження концентрації уваги, емоційну відстороненість, імпульсивність і поверхневність сприйняття інформації [3; 5; 7].

Актуальність дослідження зумовлена зростанням часу, який діти проводять у цифровому середовищі, що підтверджується результатами українських та міжнародних досліджень. Всеукраїнське опитування, проведене Міжнародною благодійною організацією «Служба порятунку дітей» у співпраці з Уповноваженим Президента України з прав дитини у 2021 році за участю 4700 дітей віком від 6 до 17 років, показало, що понад 70 % дітей починають користуватися Інтернетом до восьми років, а 40 % перебувають онлайн понад три години на добу [1]. Згідно з даними Organisation for Economic Co-operation and Development (2025), понад 80 % дітей віком 8–12 років користуються гаджетами щодня, переважно для ігор і спілкування, що супроводжується підвищенням ризику кібербулінгу, ігрової залежності,

емоційного виснаження та зниження рівня саморефлексії [5]. Всесвітня організація охорони здоров'я (WHO Europe, 2024) зазначає, що тривалий екранний час у дітей молодшого шкільного віку корелює зі зниженням когнітивної гнучкості, порушеннями сну та підвищеною тривожністю [6]. Отримані українські та міжнародні дані свідчать про масштабність і системність впливу цифрових технологій на психо-емоційний стан і поведінкові прояви дітей. Показники демонструють раннє занурення у цифрове середовище в період, коли психофізіологічні механізми саморегуляції, емоційного контролю та критичного мислення ще перебувають у процесі становлення.

Більшість наявних наукових досліджень, зокрема М. Klimanska та К. Ostaszewski (2023), зосереджені переважно на підлітках віком 14–15 років, що підкреслює наукову прогалину у вивченні вікової групи 6–11 років [4]. Через це спостерігається дефіцит емпіричних робіт, присвячених аналізу впливу цифрових технологій саме на дітей молодшого шкільного віку, бо цей період характеризується активним формуванням когнітивних, емоційно-вольових і соціальних функцій – довільної уваги, мислення, емоційної регуляції та самосвідомості.

Важливу роль у запобіганні цифровим ризикам і формуванні безпечної поведінки дітей відіграють батьки. Європейські дослідження показують, що значна частина дорослих має обмежений рівень цифрової грамотності [5], а українські звіти вказують, що батьки часто уникають тем, пов'язаних із технологіями, через страх або невпевненість [1]. Це створює «парадокс поколінь», коли діти мають вищий рівень цифрової компетентності, ніж дорослі, але саме останні повинні забезпечувати контроль і психологічну підтримку. Таким чином, психоосвіта батьків та розвиток їхньої мережевої грамотності є важливою умовою профілактики ризиків цифрової залежності, формування відповідальної поведінки дітей та гармонійного включення сім'ї у цифровий простір.

Мета дослідження – вивчити особливості впливу гаджетів на поведінку дітей молодшого шкільного віку та визначити рівень їхньої обізнаності щодо безпечної поведінки у цифровому середовищі.

Методологічною основою дослідження стали сучасні теоретико-емпіричні праці українських та зарубіжних учених, що аналізують феномен цифрової соціалізації (Ірина Спіріна, Олена Шевакова, Сергій Рокутов, Марія Клімаська, Jean Twenge, Keith Campbell, Krzysztof Ostaszewski). Для емпіричної частини використано анкетування дітей віком 8–11 років ($n = 30$), спрямоване на визначення рівня цифрової грамотності та безпечної поведінки в Інтернеті. Результати показали, що 75 % дітей грають з незнайомими користувачами онлайн, 67 % не перевіряють налаштування конфіденційності, а 58 % не знають,

що таке фішинг. Це свідчить про низький рівень обізнаності дітей щодо цифрової безпеки, поверхнєве розуміння онлайн-ризиків і недостатній розвиток навичок саморегуляції у віртуальному середовищі.

Якісне дослідження І. Д. Спіріної, О. В. Шевякової та С. В. Рокутова (2017) показало, що діти молодшого шкільного віку часто ототожнюють себе з ігровими персонажами. Використання висловлювань у теперішньому часі («я тікаю», «мене вбили») свідчить про нечіткі межі між реальним і віртуальним «Я» та ще не сформовану когнітивну здатність до самовідокремлення [2].

Висновки. Цифрові технології є визначальним чинником у формуванні когнітивних, емоційних і соціальних процесів дітей молодшого шкільного віку. Отримані результати засвідчують низький рівень цифрової грамотності дітей, недостатній розвиток критичного мислення та зниження рівня емоційної саморегуляції. Формування безпечної цифрової поведінки потребує системного психолого-педагогічного підходу, який передбачає участь батьків, педагогів і психологів, розвиток саморефлексії, медіаграмотності та довірливих стосунків між дитиною й дорослими. Подальші дослідження доцільно спрямувати на вивчення нейропсихологічних і когнітивних наслідків тривалого екранного впливу на дітей віком 6–11 років.

Література

1. Міжнародна благодійна організація «Служба порятунку дітей». Сексуальне насильство над дітьми та сексуальна експлуатація дітей в Інтернеті в Україні, Аналітичний звіт, Київ, МБО «Служба порятунку дітей». 2021. С. 64. URL: <https://nus.org.ua/wp-content/uploads/2021/03/Zvit-Seksualne-nasylstvo-nad-ditmy-ta-seksualna-ekspluatatsiya-ditej-v-Interneti-v-Ukrayini.pdf> (дата звернення 05.11.2025).
2. Спіріна І. Д., Шевякова О. В., Рокутов С. В. Психологічний аналіз опису дітьми молодшого шкільного віку себе в комп'ютерній грі, ДЗ «Дніпропетровська медична академія МОЗ України», м. Дніпро, Україна, Запорізький медичний журнал. 2017. Т. 19. № 3(102). С. 319–322. URL: <https://zmj.zsmu.edu.ua/article/download/100836/97168> (дата звернення 05.11.2025).
3. European Commission. Digital Education Action Plan (2021–2027). Brussels, European Commission. 2021. URL: <https://education.ec.europa.eu/focus-topics/digital-education> (дата звернення 05.11.2025).
4. Klimanska M., Ostaszewski K. Problematic Internet Activities among Ukrainian Adolescents (14-15 years of age). *Addictologia Polska*. 2023. Vol. 1(3). URL: <https://www.termedia.pl/Czasopismo/-117/pdf-52275-10?filename=AIN-Ostaszewski.pdf> (дата звернення 05.11.2025).

5. Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD). *How's Life for Children in the Digital Age?*, Paris, *OECD Publishing*, 2025. URL: https://www.oecd.org/en/publications/how-s-life-for-children-in-the-digital-age_0854b900-en/full-report/how-children-use-digital-media_a8d3a6d0.html (дата звернення 05.11.2025).

6. Stop the traffik. *Online Safety for Children and Young People in Ukraine*, London, *stop the traffik*, 2023. URL: <https://stopthetraffik.org/wp-content/uploads/2023/02/UKR-LANG-Online-safety-Ukraine.pdf> (дата звернення 05.11.2025).

7. Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2018). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents, Evidence from a population-based study. *Preventive Medicine Reports*. 12. P. 271–283. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2018.10.003> (дата звернення 05.11.2025).

8. World Health Organization (WHO Europe). *Teens, Screens and Mental Health*, Copenhagen: *WHO Regional Office for Europe*, 2024. URL: <https://www.who.int/europe/ru/news/item/25-09-2024-teens-screens-and-mental-health> (дата звернення 05.11.2025).

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-568-9-60>

ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ ПОДОЛАННЯ КРИЗИ ІДЕНТИЧНОСТІ У ВЕТЕРАНІВ БОЙОВИХ ДІЙ

Ломакін Г. І.

*кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології
та інноваційних оздоровчих технологій*

*Навчально-науковий інститут «Українська інженерно-педагогічна
академія» Харківського національного університету
імені В.Н. Каразіна
м. Харків, Україна*

Актуальність дослідження. Україна переживає один із найскладніших періодів своєї історії, зумовлений військовою агресією Російської Федерації та повномасштабною війною, що триває з 2022 року. Військові дії, соціально-економічна нестабільність і наслідки пандемії COVID-19 спричинили масштабні психологічні