

УДК 302.2:159.9.004.738

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2024.2.10>

Полещук Л. В.

доктор філософії з психології,

доцент кафедри соціальної психології

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

e-mail: l.poleshchuk@onu.edu.ua

ORCID ID: 0000-0002-1052-5770

ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА СВІТОГЛЯД ЛЮДИНИ ТА МІЖОСОБИСТІСНІ СТОСУНКИ

У сучасному світі соціальні мережі стали невід'ємною частиною повсякденного життя, впливаючи на різні аспекти людської діяльності. Вони змінюють способи комунікації, формують нові соціальні зв'язки та впливають на світогляд особистості.

Метою даної статті є дослідження впливу соціальних мереж на формування світогляду людини та міжособистісні стосунки. Автор прагне виявити як позитивні, так і негативні наслідки використання соціальних платформ у контексті соціальної взаємодії.

Наукова новизна роботи полягає в комплексному аналізі впливу соціальних мереж на психологічний стан особистості та їх роль у трансформації традиційних форм спілкування. Дослідження включає емпіричні дані, отримані через діагностику соціальних ролей та зв'язків, що дозволяє глибше зрозуміти зміни у міжособистісних стосунках.

Результати дослідження свідчать про те, що соціальні мережі значно впливають на формування світогляду, сприяючи як розвитку нових форм комунікації, так і виникненню соціальної ізоляції. Важливо усвідомлювати ці зміни для ефективного використання соціальних платформ у повсякденному житті.

Ключові слова: соціальні мережі, міжособистісні стосунки, світогляд, самоідентифікація, інформаційний вплив.

Постановка проблеми. Важко уявити сучасне життя без комп'ютерів, інформаційних технологій та інтернету, адже вони стали невід'ємною частиною нашої повсякденності. Соціальні мережі набули великої популярності: ми регулярно створюємо акаунти та перевіряємо наші сторінки кілька разів на день, а інколи й займаємося просуванням інших. Вони дають нам можливість підтримувати зв'язок з рідними, навіть якщо вони далеко, що є надзвичайно зручним. Однак науковців все більше турбує вплив соціальних мереж на людину. Соціальні мережі стали основним об'єктом досліджень у багатьох науках, включаючи соціологію, антропологію, психологію та інформатику. Дослідження показують, що вони впливають на різних рівнях – від окремих сімей до цілих народів, і мають важливе значення у вирішенні проблем, функціонуванні організацій та досягненні індивідуальних цілей. Хочеться зрозуміти, які ж позитивні та негативні аспекти приховують у собі соціальні мережі.

Аналіз останніх досліджень і публікацій щодо впливу соціальних мереж на світогляд людини та міжособистісні стосунки показує складність цього феномена,

що має як позитивні, так і негативні наслідки. Сібрек М. та Кемп Л. у своєму дослідженні «Використання соціальних медіа та соціальна тривожність, самотність і благополуччя студентів», яке було частиною аналізу використання соцмереж у контексті зростання рівня самотності та тривожних станів серед студентів університетів, встановили, що надмірне використання соцмереж призводить до підвищеного рівня тривоги, самотності та депресії серед молоді [9]. Хофгейс К., Білледо А. та Кайтон-Агіллар В. досліджували роль соціальних мереж у полегшенні процесу адаптації для міжнародних студентів. Науковцями було відзначено, що соцмережі допомагають підтримувати зв'язок із родиною та знайомими з рідної країни, що сприяє їхньому благополуччю та зниженню рівня стресу під час навчання за кордоном [7]. Вортманн Ф. розглядав феномен парасоціальних відносин та вплив дизайну соціальних мереж на міжособистісні стосунки та висунув гіпотезу, що платформи соцмереж сприяють формуванню штучних емоційних зв'язків, що впливає на наші реальні взаємини [11]. Вітчизняні дослідники Асєєва Ю., Березовська Л., Гіденко Є. та інші, акцентують увагу на негативному впливі соціальних мереж на психологічний стан української молоді, вказують на проблеми, пов'язані з кіберкомунікативною залежністю і порівнянням себе з іншими та ідеалізацією життя в соцмережах, що може призводити до зниження самооцінки та депресії. Дослідження Макух-Федоркової І. та Макух О. вказують на те, що 76,6% українців використовують соцмережі для отримання новин, що свідчить про зростання їхнього впливу на суспільство і зміну світогляду людей, формуючи нові уявлення про реальність. Шубіна Г. зазначає, що використання соціальних мереж може призводити до залежності, депресії та проблем зі сном. Дослідження показують, що активне використання соцмереж негативно впливає на психічне здоров'я, викликаючи відчуття незадоволеності життям [3].

Ці дослідження свідчать про те, що соціальні мережі мають неоднозначний вплив на людей: з одного боку, вони можуть допомогти підтримувати соціальні зв'язки, з іншого – погіршувати психічне здоров'я та порушувати міжособистісні стосунки. Ці суперечливі аспекти соціальних мереж роблять їх ключовою темою для досліджень у соціальній психології та інших галузях.

Мета статті полягає в тому, щоб дослідити вплив соціальних мереж на світогляд людини та міжособистісні стосунки. Це включає вивчення як позитивних, так і негативних аспектів використання соціальних платформ, а також їхній вплив на комунікацію, самооцінку та емоційний стан користувачів.

Результати дослідження. Соціальна мережа – термін, введений у 1954 році британським соціологом Джеймсом Барнсом, описує комунікацію між людьми через мережу соціальних зв'язків, відмінну від традиційних груп. Сьогодні соціальні мережі функціонують як платформи для комунікації, надаючи можливості для взаємодії через різні медіа. Приблизно 96% населення має доступ до цих мереж, Facebook виступає лідером за кількістю користувачів. Соціальні мережі впливають на світогляд і міжособистісні стосунки, формуючи нові цінності та

сприйняття. Світогляд особи складається з "світо-бачення", "Я-розуміння" та ставлення до себе і світу. Він визначає позицію особистості у житті та впливає на її цілі й ідеали.

Формування світоглядних орієнтацій є безперервним процесом, що залежить від соціальних змін та індивідуального досвіду. Соціальні мережі відіграють важливу роль у цьому процесі, забезпечуючи нові можливості для спілкування та обміну інформацією. Серед позитивних аспектів використання соціальних мереж можна виділити зручність спілкування та підтримку зв'язків з друзями. Кіберпростір розширює можливості віртуальної комунікації, а новітні технології все більше використовуються для демонстрації соціального статусу.

Соціальні мережі та супутні сервіси пропонують ряд переваг і можливостей у порівнянні з іншими засобами спілкування. Вони дозволяють знайти своє місце в Інтернеті, обрати оточення та вибудувати взаємодію відповідно до власних уподобань і можливостей, без зайвих матеріальних і часових витрат. Серед психологічних аспектів розвитку мережевих комунікативних практик можна виділити кілька ключових особливостей [4]:

Підвищена вербальна активність: Вона викликана зниженням комунікативних бар'єрів, що дозволяє легко встановлювати та розривати контакти.

Анонімність: Користувачі можуть використовувати вигадані імена, що створює відчуття свободи, проте ускладнює достовірність спілкування.

Швидкість і мозаїчність комунікації: Учасники взаємодіють у швидкому темпі, що може ускладнювати розуміння змісту повідомлень.

Специфічний етикет: Використання мови кіберкультури, включаючи сленг та емотикони, є характерним для інтернет-комунікації.

Емоційність спілкування: Обмежене вираження емоцій може призводити до труднощів у сприйнятті, хоча мультимедійні повідомлення частково це компенсують.

Відчуття потоку інформації: Користувачі відчувають зануреність у діяльність і контроль над ситуацією [2].

Зниження зусиль для підтримання зв'язків сприяє збільшенню їх кількості та формуванню соціальних об'єднань. Інформатизація суспільства змінює комунікацію та формує новий інформаційний світогляд, ведучи до виникнення глобального інформаційного суспільства. Це суспільство створює нового типу особистість – «Людину Інформаційну» (Homo Informaticus), яка постійно підключена до світового інформаційного простору і відчуває себе частиною глобальних подій.

Відповідно до можливості налагодження нових знайомств та розширення соціального кола наведемо короткі факти:

У США близько 10% всіх подружніх пар знайшли своїх партнерів через соціальні мережі.

75% батьків, які користуються соцмережами, дружать зі своїми дітьми. 80% з них вважають, що знають, про що їхні діти спілкуються в Інтернеті, проте понад

30% дітей стверджують, що батьки не обізнані про їхню активність у соцмережах.

Більше 83% компаній по всьому світу використовують соціальні мережі для підбору персоналу.

Щохвилини 100,000 осіб стають друзями на Facebook.

Середній користувач соцмереж має близько 195 друзів.

В Україні існує соціальна мережа для тварин, де власники можуть ділитися фото та відео своїх домашніх улюбленців і знайомитися з іншими любителями тварин.

Відсоток українських користувачів соцмереж складає 54,7% чоловіків і 45,3% жінок. Основна вікова група активних учасників – 14–26 років (42%) та 27–36 років (33%).

Кожна п'ята людина, яка втратила роботу, шукає нову через соціальні мережі, і половині з них це вдається [6].

Сьогодні соціальні мережі приваблюють фахівців з різних галузей, ставши робочим простором для мільйонів людей. Спочатку в них працювали менеджери з продажу та маркетингу, а згодом до них приєдналися підприємці та HR-фахівці. Сучасні мережі пропонують можливості для пошуку роботи, продажу товарів і знаходження бізнес-партнерів. Користувачі активно використовують соцмережі для професійної діяльності, змінюючи роботу та знаходячи нових співробітників. У майбутньому очікується розвиток функцій для створення віртуальних робочих місць. Також важливими є реклама бізнесу, самореклама фахівців і онлайн-навчання через платформи на кшталт Google Classroom і Zoom.

Однак результати проведених досліджень свідчать про те, що позитивні аспекти спілкування через соціальні мережі можуть супроводжуватися негативними наслідками. Дослідження серед студентів 2 курсу спеціальності 053 Психологія ОНУ імені І.І. Мечникова під назвою «Діагностика соціальних ролей та зв'язків» виявило, що значна частина студентів усвідомлює неефективність використання свого часу. Серед основних завдань дослідження було:

1. Аналіз часової тривалості: Визначити, скільки часу витрачається на виконання різних функцій протягом дня.

2. Виявлення резервів: Знайти можливості для оптимізації використання часу та раціоналізації його витрат.

3. Ведення щоденника: Протягом тижня студенти повинні були вести щоденник, у якому фіксували всі свої дії, включаючи: час на відпочинок, на транспорт, на навчання, на самообслуговування, на перегляд телепередач та час, проведений у соціальних мережах й інші активності.

4. Аналіз записів: Наприкінці тижня студенти мали проаналізувати свої записи, розділивши їх на дві колонки:

– Конструктивні часові залежності: дії, які сприяли розвитку або були корисними.

– Пусте проведення часу: дії, які не мали значущого результату або були витрачені без користі.

5. Рефлексія: Студенти повинні були подумати над питанням: "Наскільки доцільно ви витрачаєте час і на що йдуть ваші резерви?".

Це завдання сприяло усвідомленню студентами власних витрат часу та їхнього впливу на повсякденне життя.

Основні результати цього дослідження такі:

– 80% студентів зазначили, що велика частина їхнього часу витрачається на «сидіння» в Інтернеті.

– 65% опитаних визнали, що віртуальне спілкування замінює реальні контакти з рідними та друзями.

– 70% студентів вказали на зменшення часу, присвяченого навчанню через активне використання соціальних мереж.

Ці дані свідчать про те, що хоча соціальні мережі можуть бути корисними, їх надмірне використання негативно впливає на особистісні відносини та навчальний процес.

Доктор філософії з соціології та психології особистості, Шеррі Теркл, яка є співробітником Массачусетського технологічного інституту, у своїх працях, таких як «Друге «Я», «Життя на екрані» та «Наодинці разом», досліджує взаємодію людини з технологіями. Вона стверджує, що спілкування в месенджерах не може замінити живу розмову. Теркл наголошує на важливості переведення окремих тем для обговорення в офлайн-форматі, оскільки реальні розмови є «ліками» для емоційного стану.

Соціальні мережі створюють унікальне комунікативне середовище, де користувачі можуть взаємодіяти. Основною їхньою характеристикою є наявність спеціальних інструментів для пошуку нових контактів. Використовуючи свій профіль, можна знаходити однодумців, колег, друзів і знайомих для спілкування з різними цілями. Комунікація відбувається через обмін повідомленнями, а користувачі мають можливість переглядати, оцінювати та коментувати фотографії, відео– та аудіозаписи один одного. Також можна слідкувати за подіями та змінами в інформації про мережевих друзів через новини.

Інтернет часто стає основним простором для дозвілля, іноді навіть переважаючи інші форми відпочинку. Спілкування в соціальних мережах може формувати активну життєву позицію, але без реального соціального досвіду. Це призводить до ідеалізації соціальної активності молоді та відмови від участі в реальних соціальних справах. Анонімність в мережі викликає «афективну розкутість», що проявляється у вільному висловлюванні, включаючи образи та сексуальні домагання. Для дорослих це може бути грою, але підлітки часто переносять цей стиль спілкування у реальне життя. У підлітковому віці провідним стає інтимно-особистісне спілкування з однолітками, що веде до формування близьких дружніх відносин. Соціальні мережі надають широкі можливості для спілкування, дозво-

ляючи обмінюватися думками з людьми різного віку та досвіду. Це робить життя емоційно насиченим і полегшує отримання різноманітного досвіду. Проте самосвідомість і соціальна компетентність формуються лише через реальну взаємодію, що базується на безпосередньому сприйнятті та аналізі зворотного зв'язку. Дорослішання молодій людині включає усвідомлення своїх можливостей і вирішення життєвих проблем, що формує відповідальність за свої дії. Успішна соціалізація передбачає поєднання інтернет-комунікацій з реальними взаємодіями. Залишаючись на віртуальному рівні спілкування, молодь ризикує наповнити своє життя ілюзіями замість реальних знань про себе та інших.

Шеррі Теркл стверджує, що виникає нове відчуття ідентичності, яке є децентралізованим і множинним. Вона аналізує зміни в комп'ютерному дизайні, штучному інтелекті та досвіді людей у віртуальному середовищі, що свідчить про суттєві трансформації в наших уявленнях про себе та світ. Теркл зазначає: «Ми звикаємо до простого спілкування. Діти змагаються з телефонами за увагу батьків, а друзі намагаються підтримувати розмови, коли більшість з них дивиться на екрани. Хоча спілкування біля кулера підвищує продуктивність, ми все більше ділимося думками в Інтернеті, уникаючи реальних конфліктів» [8]. Вона підкреслює важливість саморефлексії та живого спілкування, яке під загрозою зникнення через постійну доступність технологій. Боячись самотності, люди покладаються на інших для емоційної підтримки, що шкодить їхній здатності до співпереживання. Теркл наголошує, що розмова є наріжним каменем демократії і важливою для розвитку емпатії, дружби та продуктивності. Таким чином, соціальні мережі можуть створювати ілюзію спілкування, але справжня взаємодія залишається критично важливою для особистісного розвитку. Розвиток технологій обіцяє близькість, і хоча іноді це справді відбувається, більшість нашого сучасного життя залишає нас менш пов'язаними з реальними людьми та більше з їхніми віртуальними образами. «Але є хороші новини: ми витривалі. Розмова лікує. У нас є все необхідне для початку, ми маємо один одного» [8].

Аналіз діяльності людини в інтернет-мережі дозволяє створити структуру, що включає комунікаційний, ціннісний, пізнавальний та поведінковий компоненти. Дослідники мають амбівалентні позиції щодо впливу Інтернету на людину. Джеймс Слевін описує цю ситуацію як протистояння радикальних оптимістів, які вважають Інтернет джерелом нових можливостей, і інтернет-скептиків, які попереджають про ризики відчуження та роз'єднаності в новій реальності [10].

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Аналіз діяльності людини в соціальній мережі виявляє багатогранний вплив на різні аспекти життя, включаючи комунікацію, цінності, світосприйняття та міжособистісні стосунки. Це свідчить про необхідність комплексного підходу до вивчення цього феномену. Незважаючи на технологічний прогрес, існує ризик відчуження та зменшення реальних соціальних контактів, що потребує уваги у подальших дослідженнях.

Список використаних джерел і літератури

1. Гречановська О. В., Мегем О. М., Потапюк Л. М. Вплив соціальних мереж на психологічний стан та самооцінку української молоді. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського*. 2023. № 4. С. 60–66.
2. Кривега Л.Д. Світоглядні орієнтації особи в умовах трансформації суспільства : дис. ... д-р. філософ. наук : 09.00.03. Харків, 1999. 355 с.
3. Макух-Федоркова І., Макух О. Вплив соціальних мереж на сучасне суспільство та зміну глобальних політичних процесів. *Історико-політичні проблеми сучасного світу*. 2022. № 45. С. 264–271.
4. Малєєва Н.С. Комунікативні інтернет-практики залежної від соціальних мереж молоді : дис. ... канд. психол наук : 19.00.05. Київ, 2017. 257 с.
5. Негативний вплив соцмереж на психіку: результати дослідження. *HUBZ Онлайн медіа* : веб-сайт. URL: <https://hubz.ua/zdorove-zhyttya/psychologiya/yak-zmenshyty-negatyvnyj-vplyv-sotsmerezh-na-psyhiku/> (дата звернення: 21.08.2024).
6. Соціальні мережі: поняття, історія виникнення. *Запорізька обласна універсальна наукова бібліотека* : веб-сайт. URL: <https://zounb.zp.ua/resourse/zaporizkyu-kray/zaporizhzhya-bibliotechne/fahova-osvita/socialni-merezhi-piv> (дата звернення: 03.09.2024).
7. Hofhuis C., Billede A., Gaitan-Aguilar V. The effect of social network sites on international students' acculturation, adaptation, and wellbeing. *Frontiers in Psychology*. 2022.
8. Sherry Turkle. *Selected Publications*. URL: <https://sherryturkle.mit.edu/selected-publications> (дата звернення: 07.08.2024).
9. Sibrek M., Kemp L. Social media usage and students' social anxiety, loneliness and well-being. *BMC Psychology*. 2023
10. Slevin J. *The Internet and Society: Central Themes and Issues*. Aarhus, 2002. P. 8.
11. Wortmann F. *The Impact of Social Networking on Relationships and Mental Health. Psychology Today*. 2021.

References

1. Hrechanuvs'ka, O.V., Mehem, O.M., & Potapiuk, L.M. (2023). Vplyv sotsial'nykh merezh na psykholohichni stan ta samoosinku ukrains'koi molodi [The Impact of Social Networks on the Psychological State and Self-Esteem of Ukrainian Youth]. *Vcheni zapysky Tavriiskogo natsional'nogo universytetu imeni V.I. Vernads'koho*, 4, 60–66 [in Ukrainian].
2. Kryveha, L.D. (1999). Svithliadni oriientatsii osoby v umovakh transformatsii suspil'stva [Worldview Orientations of the Individual in the Context of Social Transformation]. *Extended abstract of Doctor's thesis*. Kharkiv [in Ukrainian].
3. Makukh-Fedorkova, I., & Makukh, O. (2022). Vplyv sotsial'nykh merezh na suchasne suspil'stvo ta zminu hlobal'nykh politychnykh protsesiv [The Influence of Social Networks on Contemporary Society and Changes in Global Political Processes]. *Istoryko-politychni problemy suchasnoho svitu*, 45, 264–271 [in Ukrainian].
4. Maleieva, N.S. (2017). Komunikatyvni internet-praktyky zaleznoi vid sotsial'nykh merezh molodi [Communicative Internet Practices of Youth Dependent on Social Networks]. *Candidate's thesis*. Kyiv [in Ukrainian].
5. Negatyvnyy vplyv sotsmerezh na psykhyku: rezultaty doslidzhennya [Negative Impact of Social Media on Mental Health: Research Results]. Retrieved from <https://hubz.ua/zdorove-zhyttya/psychologiya/yak-zmenshyty-negatyvnyj-vplyv-sotsmerezh-na-psyhiku/> [in Ukrainian].
6. Sotsial'ni merezhi: ponyattia, istoriia vynyknennia. [Social Networks: Concepts, History of Emergence]. Retrieved from <https://zounb.zp.ua/resourse/zaporizkyu-kray/zaporizhzhya-bibliotechne/fahova-osvita/socialni-merezhi-piv> [in Ukrainian].

7. Hofhuis, C., Billedo, A., & Gaitan-Aguilar, V. (2022). The effect of social network sites on international students' acculturation, adaptation, and wellbeing. *Frontiers in Psychology* [in English].
8. Sherry Turkle. *Selected Publications*. Retrieved from <https://sherryturkle.mit.edu/selected-publications> [in English].
9. Sibrek, M., & Kemp, L. (2023). Social media usage and students' social anxiety, loneliness and well-being. *BMC Psychology* [in English].
10. Slevin, J. (2002). The Internet and Society: Central Themes and Issues. Aarhus. P. 8 [in English].
11. Wortmann, F. (2021). The Impact of Social Networking on Relationships and Mental Health. *Psychology Today* [in English].

Poleshchuk L. V.

Doctor of Philosophy in Psychology,
Associate Professor at the Department of Social Psychology
Odesa I. I. Mechnikov National University

**THE INFLUENCE OF SOCIAL NETWORKS ON HUMAN OUTLOOK
AND INTERPERSONAL RELATIONS**

In today's world, social networks have become an integral part of everyday life, influencing various aspects of human activity. They change the ways of communication, form new social ties and influence the worldview of the individual.

The purpose of this article is to study the influence of social networks on the formation of a person's worldview and interpersonal relationships. The author seeks to identify both positive and negative consequences of using social platforms in the context of social interaction.

The scientific novelty of the work consists in a comprehensive analysis of the influence of social networks on the psychological state of the individual and their role in the transformation of traditional forms of communication. The study includes empirical data obtained through the diagnosis of social roles and relationships, which allows for a deeper understanding of changes in interpersonal relationships.

The results of the study indicate that social networks have a significant impact on the formation of worldviews, contributing to both the development of new forms of communication and the emergence of social isolation. It is important to be aware of these changes in order to effectively use social platforms in everyday life.

Key words: social networks, interpersonal relations, worldview, self-identification, information influence.