

УДК 613.96:004.032.6-042.72  
DOI 10.11603/1681-2786.2023.1.13860

Н. Б. БОНДАРЧУК, С. В. ГОРДІЙЧУК, В. Й. ШАТИЛО, О. В. ГОРАЙ, С. Д. ПОПЛАВСЬКА

## ЦИФРОВІ МЕДІА ТА ЇХ ВПЛИВ НА ДІТЕЙ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

Житомирський медичний інститут Житомирської обласної ради, м. Житомир, Україна

**Мета:** проаналізувати цифрові та соціальні медіа і виявити ризики та вплив на життя та здоров'я дітей підліткового віку, розкрити значення інформаційно-комунікативних технологій у процесі деформації ціннісних орієнтирів.

**Матеріали і методи.** Використані матеріали досліджень вітчизняних та іноземних авторів, а також особисті дослідження серед дітей підліткового віку.

**Результати.** У сучасному інформаційному суспільстві, що базується на найновіших технологіях, засоби масової інформації мають як позитивний, так і негативний вплив на підлітків. Позитивні аспекти полягають у збагаченні знань та розширенні світогляду, але деякі підлітки використовують їх як засіб проведення вільного часу. Одним із можливих рішень для зменшення негативного впливу ЗМІ є розвиток критичного мислення, яке допоможе підліткам свідомо сприймати та аналізувати інформацію з урахуванням власних потреб, інтересів та цінностей. Таким чином, освіта повинна відігравати провідну роль у формуванні такої здатності у підлітків. Дослідження показали, що вплив соціальних медіа на здоров'я дітей і молодих людей був найбільшим на психічне здоров'я, зокрема у сферах самооцінки та благополуччя, з проблемами, пов'язаними з кіберзалежанням і «депресією у Facebook», із зв'язком між використанням соціальних медіа й самооцінкою та образом тіла.

**Висновки.** Проведеним дослідженням виявлені позитивні результати для молоді, яка використовує різні види цифрових технологій, які проявляються в процесі соціалізації, отриманні знань про здоров'я, покращенні загального розвитку й успішності, опануванні додаткових навичок. Негативними результатами є гіподинамія, депресія, витіснення суспільно значущих цінностей, непоодинокі факти кіберзалежання, сексуальні домагання. Нові цифрові та соціальні медіа полегшують і сприяють соціальній взаємодії, участі та залученню, що включає як споживання, так і створення контенту. Однак наслідки використання медіа мають багатфакторний характер і залежать від типу медіа, обсягу використання та особливостей окремої дитини чи підлітка, які використовують медіа.

КЛЮЧОВІ СЛОВА: підлітки; діти; розвиток; цифрові медіа; сім'я; здоров'я.

Питання впливу цифрових медіа на здоров'я дітей підліткового віку в наукових дослідженнях останнього десятиліття займають провідні позиції і стосуються благополуччя людини. Актуальною у світі є проблема того, що цифрове середовище, зокрема віртуальних соціальних мереж, більше інтегрується в процеси та простір соціалізації людини, і питання того, як людина розвивається, живе та реалізує свої потреби, отримує все більшу значимість. Сьогодні засіб масової комунікації починає працювати як важливий інформаційно-комунікаційний ресурс і потужний чинник впливу на особистість.

**Мета роботи.** Дослідження впливу цифрових медіа на підлітків полягає у розумінні того, як використання цифрових медіа може впливати на формування особистості підлітка та його психічний стан. Воно спрямоване на виявлення позитивних та негативних аспектів використання цифрових медіа підлітками, а також на пошук способів зменшення негативного впливу цих медіа на підлітків. Зокрема, дослідження може допомогти розробити методики та програми, які допоможуть підліткам розуміти і критично сприймати різноманітну інформацію, що надходить

через цифрові медіа. Також дослідження може бути корисним для батьків, педагогів та інших дорослих, які працюють із підлітками, для розуміння того, як краще підтримувати підлітків у використанні цифрових медіа та як захистити їх від негативного впливу цих медіа.

**Матеріали і методи.** Проведений аналіз наукових досліджень дає змогу окреслити науково-методичні та практичні підходи і положення щодо державних стратегій формування здорового відношення до цифрових медіа, а також розкрити нормативно-правові, проблемні та програмні аспекти. Використаний метод системного аналізу та логічного узагальнення – для дослідження теоретико-методологічних завдань вивчення психічного здоров'я дітей підліткового віку. Проведено медико-соціологічне дослідження серед дітей підліткового віку (14–18 років), здобувачів освіти Житомирського фахового аграрного коледжу. В дослідженні брали участь 100 дітей, серед них 79 хлопців та 21 дівчина.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Сучасні діти та підлітки занурені в традиційні та нові форми цифрових медіа. Дослідження традиційних медіа, таких, як телебачення, виявили

проблеми зі здоров'ям і негативні наслідки, які корелюють із тривалістю та змістом перегляду. За останнє десятиліття використання цифрових медіа, включно з інтерактивними та соціальними медіа, зросло, і дані досліджень свідчать про те, що ці нові медіа мають як переваги, так і ризики для здоров'я дітей та підлітків. Переваги, основані на доказах, виявлені в результаті використання цифрових і соціальних медіа, включають раннє навчання, знайомство з новими ідеями та знаннями, розширення можливостей для соціальних контактів і підтримки, а також нові можливості доступу до повідомлень та інформації про зміцнення здоров'я. Ризики медіа включають негативний вплив на здоров'я, сон, увагу та навчання; більшу захворюваність на ожиріння та депресію; контакти з неточним, невідповідним або небезпечним вмістом і контактами; а також порушення конфіденційності.

*Ми провели аналіз відмінностей між традиційними медіа та новими цифровими і соціальними медіа.*

Сучасне покоління дітей і підлітків оточене цифровим середовищем і занурене в нього. Традиційні медіа, такі, як телебачення (TV), радіо та періодичні видання, були доповнені новими цифровими технологіями, які сприяють інтерактивній та соціальній взаємодії та дозволяють дітям і підліткам миттєвий доступ до розваг, інформації та знань; соціальний контакт; і маркетинг. Нові цифрові медіа, які включають соціальні та інтерактивні медіа, є формою медіа, в якій користувачі можуть як споживати, так і активно створювати вміст. Приклади включають програми (додатки), багатокористувацькі відеоігри, відео YouTube або відеоблоги (branch blogs). Сьогодні для дітей та молоді ця розвиваюча інтеграція пасивного перегляду та інтерактивних медіа є бездоганною та природною; відмінності та межі між традиційними/мовними та інтерактивними/соціальними медіа стали розмитими або непомітними.

Цифрові медіа дозволяють обмінюватися інформацією в різних медіаформатах, включаючи текст, фотографії, відео та аудіо. Сучасні відеоігри, наприклад, часто являють собою злиття традиційних і соціальних медіа, оскільки користувачі можуть фактично «населити» вражаюче створені світи та взаємодіяти з іншими користувачами у віддалених місцях. Учасники відеоігор можуть навіть спільно створювати віртуальні світи. Таким чином, цифрові медіа можуть забезпечити захоплюючий досвід, у якому медіа-досвід дітей і підлітків стає дуже персоналізованим.

*Ми провели розвідки: 1. Якими медіа послуговуються на даний час діти підліткового віку? 2. Які способи використання є найбільш популярними?*

Результати показують, що моделі та показники використання соціальних медіа серед дітей старшого віку та підлітків продовжували зростати протягом останнього десятиліття, чому частково сприяло зростання використання мобільних телефонів серед дітей та підлітків. Приблизно

шість із десяти підлітків віком від 15 до 17 років (58 %) кажуть, що відмовитися від соціальних медіа буде принаймні дещо складно. Менша частка 13–14-річних (48 %) вважає, що це буде важко [11]. Мобільні програми надають широкий спектр специфічних функцій, таких, як ігри, обмін фотографіями та відео, моніторинг глобальної системи позиціонування. Сайти соціальних медіа та пов'язані з ними мобільні програми надають користувачам платформу для створення онлайн-ідентичності, спілкування з іншими та створення соціальної мережі. Однак нинішнє покоління підлітків зазвичай користується не лише одним сайтом, більшість підлітків підтримує «портфоліо соціальних медіа» з кількох вибраних сайтів, включаючи YouTube (95 %), TikTok (67 %), Facebook (32 %), і менша частка тих, хто використовує Twitter, Twitch, WhatsApp, Reddit і Tumblr [11].

Дані Pew за 2018 рік показують, що підлітки у віці від 14 до 17 років надсилають у середньому 100 текстових повідомлень на день. Цілком ймовірно, що ця цифра буде продовжувати збільшуватися, коли будуть доступні нові дані. Надсилання текстових повідомлень більше не обмежується системами стільникового зв'язку, але їх можна полегшити за допомогою програм обміну повідомленнями, таких, як Kik або WhatsApp та інші.

Відеоігри також залишаються дуже популярними серед сімей. За підрахунками, 4 з 5 домівок володіють пристроєм, який використовується для гри у відеоігри. Відеоігри також доступні через програми на мобільних пристроях.

Сучасні підлітки зазвичай використовують більше ніж одну форму медіа одночасно, ця практика називають мультизадачністю. Ця багатозадачність може включати перегляд телевізора та використання комп'ютера або перебування в Інтернеті та участь у більш ніж одній діяльності.

Дослідження в нашій когорті дітей підліткового віку підтвердило інтенсивне використання різних гаджетів, програм, відеоігор тощо, при цьому встановлено, що 66 % підлітків проводять за гаджетами більше 3–4 год, тоді, як лише 9 % – не більше години.

*Вплив гейміфікації на використання медіа дитьми.*

Гейміфікація застосовує ігрові елементи до реальної діяльності безперебійним, зручним і привабливим способом. Комерційні відеоігри включають передову графіку, поведінкові підкріплювачі (тобто для досягнення певних рівнів гри) і захоплюючі історії. Однією з ключових відмінностей сьогодні є мобільність, досягнута за допомогою смартфонів, мобільного Wi-Fi та широких соціальних мереж, що змінило те, як і де можна грати в ігри та як можна застосовувати ігрові функції. Ці портативні «ігри» тепер можна інтегрувати в повсякденне життя, функціонуючи як джерела інформації та вказівок, а також забезпечуючи мотивацію для досягнення академічних цілей та оздоровчих цілей. Наприклад, додаток

Nike+ відстежує маршрути, темп, кроки, дистанцію та час спортсменів і пропонує бігунам змагатися з друзями та покращувати свої результати. Такий дизайн також служить для зміцнення поведінки (як здоров'я, так і використання програми), що приводить до більшої взаємодії з обома [3].

Нові засоби масової інформації надали маркетологам і рекламодавцям широкі можливості для адаптації своїх повідомлень, щоб охопити мільйони дітей і підлітків [9]. Ці нові форми засобів масової інформації можуть розширити типи продуктів і поведінки, до яких схильні діти та підлітки. Наприклад, хоча можуть існувати обмеження щодо обмеження впливу реклами алкоголю в традиційних ЗМІ, дослідження показують, що основні алкогольні бренди зберігають сильну присутність у Facebook, Twitter і YouTube [1, 8].

*Використання медіа дітьми шкільного віку та підлітками і їх роль у підвищенні співпраці та толерантності.*

Дослідження, а також окремі матеріали свідчать про переваги використання медіа для сучасних дітей і підлітків, такі, як спілкування та залучення [4]. Додаткові переваги включають знайомство з новими ідеями та захоплюючий досвід навчання. Багато платформ соціальних медіа надають інструменти, які студенти можуть використовувати для спілкування та співпраці з іншими та роботи над проектами. Соціальні мережі спрощують спілкування на відстані, це спілкування може включати спілкування за допомогою відеочату з родиною чи друзями, які географічно розділені. Традиційні та соціальні медіа також можуть підвищити обізнаність про поточні події та проблеми, а соціальні медіа можуть надати інструменти для сприяння громадянській активності.

Під час проведення опитування в когорті студентів агроколеджу на запитання, до кого б звернулися діти у випадку виникнення проблем з алкоголем та наркотиками, частина дітей у графі «інше» вказали соціальні мережі та групи в мережі «Інтернет».

*Дослідження використання соціальних мереж і їх вплив на здоров'я людини.*

Переваги соціальних мереж для здоров'я можуть включати покращений доступ до цінної інформації мережі підтримки. Ці мережі можуть бути особливо корисними для пацієнтів із тривалими захворюваннями, станами або обмеженими можливостями [9], а також для тих, хто ідентифікує себе як лесбіянок, геїв, бісексуалів, трансгендерів (ЛГБТ), які шукають корисної інформації або привітної спільноти. Останні матеріали в окремих джерелах літератури показують, що підлітки-трансгендери, які відчувають підтримку сім'ї, мають нижчий рівень депресії та тривоги.

Дослідження також підтверджують використання соціальних медіа для сприяння соціальному залученню між пацієнтами, які інакше могли б відчувати себе відчуженими, наприклад, пацієнти з ожирінням або психічними захворюваннями, оскільки вони сприяють здатності ділитися

особистими історіями та стратегіями подолання викликів. Переваги цих зв'язків включають уникнення стигматизації, що викликає страх, покращення соціальних мереж, вивчення ресурсів від однолітків в Інтернеті та отримання інформації [7]. Однак ризики таких взаємодій можуть включати вплив дезінформації, негатив або ворожість у спілкуванні, затримки в пошуку традиційних ресурсів і нездоровий вплив.

Соціальні медіа можуть використовуватися для покращення здоров'я і сприяння більш здоровій поведінці, наприклад, припиненню куріння та збалансованому харчуванню [4]. Однак існує безліч легкодоступних веб-сайтів і соціальних мереж, які сприяють і навіть пропагують нездорову поведінку, таку, як невпорядковане харчування. Наприклад, сайти «Pro-ana» (нервова анорексія) і «pro-mia» (булімія) – це форуми, на яких однолітки активно підтримують обмеження в харчуванні чи очищення та часто пропонують небезпечні для життя пропозиції та поради.

За даними проведеного анкетування серед студентів агроколеджу, встановлено, що 56 % підлітків намагаються дотримуватися здорового способу життя, а 49 % не отримують відповідної інформації про здоров'язбереження в закладі вищої освіти, а тому інтернет-ресурси є альтернативою.

*ЗМІ і загроза ожиріння.*

Високий рівень використання медіа пов'язаний з ожирінням і серцево-судинним ризиком [10] протягом усього життя, але ці асоціації спостерігаються, починаючи з раннього дитинства. Зв'язок між використанням  $\geq 2$  годин медіа на день і ожирінням зберігається навіть після коригування психосоціальних факторів ризику або поведінкових проблем дітей. Дослідження дітей старшого віку та підлітків показують чітку кореляцію між збільшенням годин перегляду телевізора та вищим ризиком ожиріння. Вивчення даних 2343 дітей віком від 9 до 12 років показало, що телевізор у їхній спальні був значним фактором ризику розвитку ожиріння незалежно від фізичної активності. Більшість телевізійних програм і фільмів також містить зображення нездорової їжі. Аналіз 100 фільмів, знятих з 1991 по 2000 рік, показав, що найбільш часто в них були зображені жирні продукти та солодощі [8]. Проте нещодавнє дослідження, проведене в Нідерландах серед дітей віком від 4 до 13 років, показало, що перегляд телевізора понад 1,5 год на день є значним фактором ризику ожиріння. Ці останні дослідження показують, що обмеження перегляду телевізора від 1 до 1,5 год на день може бути більш ефективним для запобігання ожирінню, ніж стандарт 2 год на день, представлений у рекомендаціях.

За даними нашого соціологічного дослідження серед студентів підліткового віку встановлено, що 46 % підлітків по три і більше годин проводять біля телевізора і комп'ютера, харчуються з порушенням режиму і якості продукції, що провокує розвиток різних проблем у стані здоров'я, передусім таких, як збільшення ризику розвитку

ожиріння, серцево-судинних захворювань, діабету та інших хронічних захворювань.

#### *Вплив медіа на сон.*

Наше дослідження підтверджує зростання кількості доказів, які свідчать, що використання ЗМІ негативно впливає на сон, особливо після вечірніх сеансів із насильницьким змістом. А пригнічення ендogenous мелатоніну синім світлом, що випромінюється від екранів, є іншою можливою причиною порушення сну. Дослідження дітей старшого віку та підлітків виявили, що учасники, які частіше використовують соціальні мережі або сплять із мобільними пристроями у своїй кімнаті, мають більший ризик розладів сну [10].

Наше дослідження серед студентів агроколеджу виявило, що у підлітків, які проводили в соцмережах більше 4-х годин на день, особливо перед сном, а 73 % дітей лягають спати після 23 години, то в цій когорті були скарги на часті нічні кошмари, страхи, часте пробудження, підвищене потовиділення, серцебиття.

#### *Ризики використання соціальних мереж для дітей шкільного віку та підлітків.*

Дослідження зв'язків між засобами масової інформації та поведінкою підлітків щодо здоров'я підтвержені десятиліттями спостережень. Доведено, що вплив алкоголю чи тютюну або ризикована сексуальна поведінка в ЗМІ (телебачення, фільми) пов'язана з ініціацією такої поведінки, що спонукає декого описувати телебачення як «суперрівного». Все більше доказів свідчить про те, що ці впливи також сильні в цифрових і соціальних медіа, а підлітки, які в соціальних мережах бачать ризиковану для здоров'я поведінку, як-то вживання алкоголю, заборонених речовин, ризиковану сексуальну поведінку тощо, часто наслідують ці негативні приклади в житті.

Ряд дослідників підтверджує зростання кількості доказів, які свідчать, що діти-підлітки, які переглядають цей контент під впливом алкоголю, вживаючи заборонені речовини, сприймають таку поведінку як нормативну та прийнятну [1, 2, 8].

## Висновки

На основі проведених досліджень доходимо висновку, що при використанні засобів масової інформації проявляється значний вплив, як позитивний, так і негативний, на здоров'я, фізичний та психологічний розвиток дітей підліткового віку.

1. Соціальні мережі є дуже важливою платформою в повсякденному житті підлітків. Вони покращують навички спілкування з друзями, родичами, і це може розвивати процес соціалізації.

Підлітки вміють краще використовувати соціальні мережі для отримання інформації про такі важливі теми, як здоров'я, освіта та набуття навичок використання передових технологій.

Різні форми соціальних медіа змінюють підлітків, – вони краще спілкуються, навчаються, має місце позитивна динаміка в інтелектуальному розвитку.

2. Доведено, що підлітки перебувають у небезпеці при надмірному використанні ЗМІ, нерідко в інтернет-мережах мають місце кіберзалякування, сексуальні домагання, різного роду провокаційні матеріали, в зв'язку з чим у них можуть наставати психічні розлади, депресія та інші розлади в стані здоров'я.

3. Негативним наслідком впливу інтернет-мереж на підлітків є витіснення суспільно значущих цінностей у свідомості певної частки сучасної молоді й орієнтуванням на індивідуалістичний режим, а в їх настановах та ціннісній орієнтації відсутнє бачення цілісної картини світу.

4. Доведено необхідність підготовки батьків, вчителів, психологів, фахівців із громадського здоров'я щодо ризиків, з якими стикаються підлітки в соціальних мережах, та розробки рекомендацій для проведення просвітницької і профілактичної роботи в молодіжному середовищі.

**Перспективи подальших досліджень** пов'язані з профілактикою негативних впливів на здоров'я і виховання молоді в умовах сучасного інформаційного світу.

## Список літератури

1. *Diti* і підлітки стають жертвами інтернет-реклами шкідливих продуктів: дослідження ООН [Електронний ресурс]. – 2020. – Режим доступу : [https://zn.ua/ukr/WORLD/diti-i-pidlitki-stayut-zhertvami-internet-reklami-shkidlivih-produktiv-doslidzhennya-oon-339395\\_.html](https://zn.ua/ukr/WORLD/diti-i-pidlitki-stayut-zhertvami-internet-reklami-shkidlivih-produktiv-doslidzhennya-oon-339395_.html).
2. Мустипан Н. І. Психологічні особливості знайомств в соціальних мережах : кваліфікаційна робота здобувача освітнього ступеня «Магістр» спеціальності 053 «Психологія» / Н. І. Мустипан. – Ізмаїл, 2022. – Режим доступу : <http://hdl.handle.net/123456789/1698>.
3. Саган О. В. Гейміфікація як сучасний освітній тренд / О. В. Саган // Collection of Research Papers Pedagogical sciences. – 2023. – Vol. 100. – P. 12–18. DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2413-1865/2022-100-2>.
4. Тулодзєцький Г. Медіаосвіта в школі та на уроці: основи і приклади / Г. Тулодзєцький, Б. Герціг, С. Графе ; за заг. ред. В. Ф. Іванова ; пер. з нім. В. Климченка. – К. : Академія української преси, Центр вільної преси, 2020. – С. 29–30.
5. *Adolescent peer influence via social media on eating behaviors: A scoping review (Preprint)* / A. Chung, D. Vieira, T. Donley [et al.] // Journal of Medical Internet Research. – 2020. DOI 10.2196/19697.
6. *Digital Advertising to Children* / J. Radesky, Y. L. R. Chassiakos, N. Ameenuddin, D. Navsaria // Pediatrics. – 2020. – Vol. 146 (1). DOI 10.1542/peds.2020-1681.
7. *Peer social network processes and adolescent health behaviors: A systematic review* / S. C. Montgomery, M. Donnelly, P. Bhatnagar [et al.] // Preventive Medicine. – 2020. – Vol. 130. DOI 10.1016/j.ypmed.2019.105900.

8. Sacks G. The Advertising Policies of Major Social Media Platforms Overlook the Imperative to Restrict the Exposure of Children and Adolescents to the Promotion of Unhealthy Foods and Beverages / G. Sacks, E. S. Y. Looi // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. – 2020. – Vol. 17 (11). DOI 10.3390/ijerph17114172.
9. Social network typology and health among parents of children with developmental disabilities: Results from a national study of midlife adults / R. S. Dembo, N. Huntington, M. Mitra [et al.] // *Social Science & Medicine*. – 2022. – Vol. 292. DOI 10.1016/j.socscimed.2021.114623.
10. The dark side of social media: Stalking, online self-disclosure and problematic sleep / A. Dhir, S. Talwar, P. Kaur [et al.] // *International Journal of Consumer Studies*. – 2021. – Vol. 45 (4). – P. 1376–1377. DOI 10.1111/ijcs.12659.
11. Vogels E. Teens, Social Media and Technology / E. Vogels, R. Gelles-Watnick, N. Massarat // *Pew Research Center*. – 2022. DOI 202.419.4372.

#### References

1. (2020). Dity i pidlitky staiut zhertvamy internet-reklamy shkidlyvykh produktiv: doslidzhennia OON [Children and adolescents fall victim to Internet advertisements for harmful products: UN study]. Retrieved from: [https://zn.ua/ukr/WORLD/diti-i-pidlitki-staiut-zhertvami-internet-reklami-shkidlivih-produktiv-doslidzhennya-oon-339395\\_.html](https://zn.ua/ukr/WORLD/diti-i-pidlitki-staiut-zhertvami-internet-reklami-shkidlivih-produktiv-doslidzhennya-oon-339395_.html) [in Ukrainian].
2. Mustypan, N.I. (2022). *Psykhologichni osoblyvosti znaiomstv v socialnykh merezhakh: Kvalifikaciina robota zdobuvacha osvitihoho stupenia magistr specialnosti 053 Psykhologhiya [Psychological features of acquaintances in social networks: Qualification work of the holder of the master's degree in the specialty 053 Psychology]*. Izmayil. Retrieved from: <http://hdl.handle.net/123456789/1698> [in Ukrainian].
3. Sagan, O.V. (2023). Geimifikaciya yak suchasnyy osvitniy trend [Gamification as a modern educational trend]. *Collection of Research Papers Pedagogical sciences*, 100, 12-18. DOI 10.32999/ksu2413-1865/2022-100-2 [in Ukrainian].
4. Tulodzyeczkyi, G., Gercig, B., & Grafe, S. (2020). *Mediaosvita v shkoli ta na urotsi: Osnovy i pryklady [Media education at school and in class: Basics and examples]*. Kyiv: Akademiya ukrayinskoyi presy, Centr vilnoyi presy [in Ukrainian].
5. Chung, A., Vieira, D., Donley, T., Tan, N., Jean-Louis, G., Kiely Gouley, K., & Seixas, A. (2020). Adolescent peer influence via social media on eating behaviors: A scoping review (Preprint). *Journal of Medical Internet Research*. DOI 10.2196/19697.
6. Radesky, J., Chassiakos, Y.L.R., Ameenuddin, N., & Navsaria, D. (2020). Digital Advertising to Children. *Pediatrics*, 146(1). DOI 10.1542/peds.2020-1681.
7. Montgomery, S.C., Donnelly, M., Bhatnagar, P., Carlin, A., Kee, F., & Hunter, R.F. (2020). Peer social network processes and adolescent health behaviors: A systematic review. *Preventive Medicine*, 130. DOI 10.1016/j.ypmed.2019.105900.
8. Sacks, G., & Looi, E.S.Y. (2020). The Advertising Policies of Major Social Media Platforms Overlook the Imperative to Restrict the Exposure of Children and Adolescents to the Promotion of Unhealthy Foods and Beverages. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11). DOI 10.3390/ijerph17114172.
9. Dembo, R.S., Huntington, N., Mitra, M., Rudolph, A.E., Lachman, M.E., & Mailick, M.R. (2022). Social network typology and health among parents of children with developmental disabilities: Results from a national study of midlife adults. *Social Science & Medicine*, 292. DOI 10.1016/j.socscimed.2021.114623.
10. Dhir, A., Talwar, S., Kaur, P., Budhiraja, S., & Islam, N. (2021). The dark side of social media: Stalking, online self-disclosure and problematic sleep. *International Journal of Consumer Studies*, 45(4), 1376-1377. DOI 10.1111/ijcs.12659.
11. Vogels E., Gelles-Watnick R., & Massarat N. (2022). Teens, Social Media and Technology. *Pew Research Center*. DOI 202.419.4372.

#### DIGITAL MEDIA AND ITS IMPACT ON TEENAGE CHILDREN

N. B. Bondarchuk, S. V. Hordiichuk, V. Yo. Shatylo, O. V. Horai, S. D. Poplavska  
Zhytomyr Medical Institute of Zhytomyr Regional Council, Zhytomyr, Ukraine

**Purpose:** to analyze digital and social media and identify risks and impacts on the lives and health of adolescents, as well as to reveal the importance of information and communication technologies in the process of deformation of value orientations.

**Materials and Methods.** Research materials of domestic and foreign authors were used, as well as personal research conducted among adolescents.

**Results.** In the modern information society, which is based on the latest technologies, mass media has both positive and negative effects on adolescents. The positive aspects include enriching knowledge and expanding worldviews, but some adolescents use them as a means of spending leisure time. One possible solution to reduce the negative influence of media is the development of critical thinking, which will help adolescents consciously perceive and analyze information, taking into account their own needs, interests, and values. Thus, education should play a leading role in developing such skills in adolescents. The studies identified that the health impact of social media on children and young people was greatest on mental health and specifically in the areas of self-esteem and well-being, with related issues around cyberbullying and 'Facebook Depression', with an association between the use of social media and self-esteem and body image.

**Conclusions.** The conducted research has revealed positive results for young people who use various types of digital technologies, which are manifested in the process of socialization, obtaining knowledge about health, improving overall development and academic performance, and mastering additional skills. Negative

results include physical inactivity, depression, displacement of socially significant values, isolated incidents of cyberbullying, and sexual harassment. New digital and social media facilitate and promote social interaction, participation, and engagement, which involves both consumption and creation of content. However, the consequences of media use are multifactorial and depend on the type of media, the extent of usage, and the characteristics of the individual child or adolescent using media.

KEY WORDS: **adolescents; children; development; digital media; family; health.**

*Рукопис надійшов до редакції 20.04.2023 р.*

**Відомості про авторів:**

**Бондарчук Надія Борисівна** – здобувачка вищої освіти ступеня магістра зі спеціальності «Громадське здоров'я» Житомирського медичного інституту Житомирської обласної ради; тел.: +38(097) 752-77-98.

**Гордійчук Світлана Вікторівна** – виконувачка обов'язків ректора Житомирського медичного інституту Житомирської обласної ради, докторка педагогічних наук, доцентка; тел.: +38(0412) 43-08-91.

**Шатило Віктор Йосипович** – радник ректора, Житомирський медичний інститут Житомирської обласної ради, доктор медичних наук, професор; тел.: +38(0412) 43-08-91.

**Горай Ольга Вінцентівна** – кандидатка педагогічних наук, доцентка, проректорка з соціально-гуманітарного розвитку і міжнародного співробітництва Житомирського медичного інституту Житомирської обласної ради; тел.: +38(0412) 43-08-91.

**Поплавська Світлана Дмитрівна** – проректорка з навчальної роботи, Житомирський медичний інститут Житомирської обласної ради, кандидатка педагогічних наук, доцентка; тел.: +38(0412) 43-08-91.