

ЗАТВЕРДЖУЮ

Ректор
Національної академії
внутрішніх справ
доктор юридичних наук, професор

Руслан СЕРБИН



ВИСНОВОК

Національної академії внутрішніх справ про наукову новизну, теоретичні та практичне значення результатів дисертації Смілянець Тетяни Леонідівни на тему «Психологічні особливості телефонної залежності сучасної молоді», поданої на здобуття ступеня доктора філософії в галузі знань 05 «Соціальні та поведінкові науки» за спеціальністю 05. «Психологія», затвердженої Вченою радою Національної академії внутрішніх справ від 28 грудня 2021 року, протокол № 23 та уточненою вченою радою Національної академії внутрішніх справ від 29 вересня 2022 року, протокол № 21

ВИТЯГ

з протоколу засідання кафедри юридичної психології Національної академії внутрішніх справ від 09 жовтня 2025 року

Присутні:

кафедра юридичної психології: завідувача кафедри, доктор юридичних наук, професор Охріменко І. М. (голова засідання); професор кафедри, доктор психологічних наук, професор Кудерміна О. І. (науковий керівник); професор кафедри, доктор психологічних наук, професор Романенко О. В. (рецензент); професор кафедри, кандидат юридичних наук, доцент Мартенко О. Л.; доцент кафедри, доктор філософії, доцент Галич М. Ю.; старший викладач кафедри доктор філософії Воробйова О.В., доцент кафедри, доктор філософії Снятков Т.М., старший викладач кафедри, кандидат юридичних наук Воят Л.І., старший викладач, кандидат юридичних наук Мартенко Ю.І., старший викладач кафедри, магістр психології Буданова М.О.

Запрошені:

відділ аспірантури (ад'юнктури) і докторантури: начальник відділу доктор юридичних наук, професор Тихонова О.В.

т.в.о. начальника відділу організації наукової діяльності, кандидат юридичних наук, старший лейтенант поліції Горбенко Д.А.

науково-дослідна лабораторія з проблем державотворення та правозастосування навчально-наукового інституту права та психології

завідувача наукової лабораторії, доктор психологічних наук, професор Бойко-Бузиль Ю.Ю. (рецензент);

Були присутні 8 докторів наук та 4 кандидатів наук за профілем поданої на розгляд дисертації.

Порядок денний:

Обговорення дисертації аспіранта денної форми навчання кафедри юридичної психології Національної академії внутрішніх справ Смілянець Тетяни Леонідівни на тему «Психологічні особливості телефонної залежності сучасної молоді», поданої на здобуття ступеня доктора філософії в галузі знань 05 «Соціальні та поведінкові науки» за спеціальністю 053 «Психологія», на предмет її наукової новизни, теоретичного та практичного значення та рекомендації до попереднього розгляду та захисту у разовій спеціалізованій вченій раді.

Слухали:

Здобувача Смілянець Тетяну Леонідівну про результати дисертаційного дослідження на тему «Психологічні особливості телефонної залежності сучасної молоді». У доповіді було обґрунтовано насамперед актуальність обраної теми дисертаційної роботи, визначено мету, завдання, предмет, об'єкт та методи дослідження, здобувачем доведено до присутніх структуру роботи та основні її положення, сформульовано та обґрунтовано новизну, теоретичне та практичне значення.

Смілянець Т.Л. відзначила, що у дисертаційній роботі здійснено теоретичне обґрунтування та емпіричне вивчення психологічної специфіки телефонної залежності серед молоді, а також розроблено профілактичні заходи й психокорекційну програму, спрямовану на розвиток особистісних ресурсів, що можуть запобігти формуванню телефонної залежності.

Результати теоретичного аналізу та експериментальної перевірки підтверджують досягнення поставленої мети та виконання основних дослідницьких завдань.

Актуальність дослідження полягає в тому, що соціальні негаразди останніх років формують серйозні виклики для соціалізації молоді до нових реалій в яких необхідно жити, навчатись та працювати. Мобільний гаджет формує *страх бути виключеним з соціального життя*, яке транлюється шляхом віртуальних соціальних мереж, месенджерів та спільнот. Страх втратити телефон набуває ірраціональної телефонної залежності, яка супроводжується формуванням нових негативних звичок, погіршенням психологічного стану та фізичного здоров'я молоді.

Усе більше молодих людей відмовляється від спільних прогулянок чи проведення заходів, віддаючи перевагу усамітненню та перегляду інформаційних потоків, які транлюються віртуальними мережами. Інтернет-доступність і розвиток штучного інтелекту шляхом використання мобільного гаджету стає першопричиною виникнення в молоді адикції та страху втратити таку можливість.

Нова цифрова культура сприяє тому, що мобільний телефон дозволяє виражати себе через контент та оцінювати свою значущість через уподобання, коментарі та кількість нових підписників. Він стає тим засобом, який забезпечує миттєве задоволення, яке формує «нехімічну» залежність та потребу в ньому. Втрата, хоча б на незначний час, гаджету тільки підсилює тривогу, страх та роздратування.

Окрім цього, мобільний смартфон дозволяє молоді відслідковувати останні події на фронті, повітряні атаки на міста та селища країни, політичні рішення світових лідерів. Відсутність телефону формує панічний *страх щось пропустити* і змушує постійно оновлювати інформаційні сторінки месенджерів не випускаючи телефон з рук.

Розвиток штучного інтелекту також впливає на тотальну залежність молоді від телефону. Адже, в процесі навчання підлітки воліють звертатись до нього, а не розвивати творчий потенціал та критичне мислення. Все більше людей вдаються до підказок смартфона ніж покладаються на свої знання та можливості, що формує поверхневі знання без глибокого опрацювання. Зловживання штучним інтелектом лише формує залежність та притуплює когнітивну діяльність людини.

Пошуком шляхів, способів та заходів профілактики телефонної залежності серед молоді займались чи мала наукова спільнота: В. Вигівська, Т. Голованова, Ю. Ганган, С. Грибанова, З. Гуріна, О. Зіньковська, В. Лютий, В. Москалець, О. Петрунько, А. Приходна, М. Проц, Ю. Рукштель. Сукупність наукових праць дає розуміння, що профілактика телефонної залежності серед сучасної молоді визначається необхідністю комплексного вивчення індивідуально-психологічних властивостей та характерологічних особливостей молоді з метою розроблення та вдосконалення методів профілактики телефонної залежності на сучасному етапі розвитку суспільства.

Саме тому, **мета дослідження** полягала в теоретичному вивченні, емпіричному дослідженні психологічних особливостей телефонної залежності сучасної молоді.

Емпіричну вибірку дослідження групи респондентів становили 120 ($n = 120$) здобувачів вищої освіти (студентів) Національної академії внутрішніх справ.

Методологічною основою дисертаційного дослідження стало використання комплексу взаємопов'язаних загальнонаукових та спеціально-наукових методів.

У нашому дослідженні одними з основних задач були:

– диференціювати основні поняття, а саме: «адиктивна поведінка», «номофобія» та «телефонна залежність», ін.;

Адиктивна поведінка є одним із різновидів девіантної поведінки, що формується внаслідок порушення психологічних механізмів саморегуляції та реалізується через стійке прагнення до отримання емоційного задоволення чи зняття напруження за допомогою певних об'єктів або дій.

Телефонна залежність є різновидом нехімічної поведінкової адиктивної поведінки, яка вносить деструктивні зміни в особистість молоді.

Номофобія – це страх або тривога, яку людина відчуває через відсутність мобільного телефону або зв'язку.

- обґрунтувати вирішальний вплив соціально-психологічних чинників у виникненні телефонної залежності сучасної молоді. Зазначено, що молодий вік – це період, коли молоді люди переживають ряд життєвих криз, пов'язаних із самоідентифікацією, що характеризується загрозами для особистісного зростання, ігнорування оточення, соціальний тиск, емоційні труднощі, бажання відходу від реальності тощо;

- запропоновано техніки та методики самостійного подолання телефонної залежності молоддю: поведінкові та когнітивні техніки, емоційна саморегуляція та заміщена поведінка;

Поведінковий рівень – у роботі зазначені додатки до смартфона, які контролюють час у телефоні, а деякі навіть можуть вимикати екран;

Когнітивні техніки – це більше розглядалося, як самостійна робота над собою, до прикладу: 1 день молода людина відкладає телефон на 5 хв, потім з кожним днем додаючи 5 хв і так 21 день, адже КПТ говорить, що звичка формується за 21 день.

Заміщена поведінка – коли ми телефон заміщуємо іншими активними діями, до прикладу: дівчата ходять на танці, займаються малюванням і тд, а хлопці ходять до спортивної зали, катаються на велосипеді.

- охарактеризувати основні проблеми та причини виникнення різних видів залежностей в молодому віці;

Визначено, що розвитку телефонної залежності сприяє ряд зовнішніх та внутрішніх адиктогенів. Зовнішні викликані трансформацією та оцифровуванням освітнього процесу, трудової сфери, надання державних послуг, здійснення купівель і продажу, що значно полегшує сучасне життя молоді. Багатофункціональність мобільного телефону дає доступ до штучного інтелекту, сприяє розширенню соціальних контактів, дає змогу приховувати власні позитивні та негативні сторони особистості. Внутрішні ж викликані емоційними порушеннями та потребами реалізації у соціальному середовищі.

- побудувати узагальнену модель проявів телефонної залежності молоді, на основі емпірично встановлених взаємозв'язків між її компонентами та психологічними характеристиками

Встановлено, що опитаній групі респондентів притаманний середній рівень акцентуації гіпертичності та емотивності. Негативним фактом виступає те, що безперервний потік телефонних сповіщень провокує часте емоційне збудження. Перевищення допустимих меж такого збудження призводить до порушення психічної діяльності. Перенапруження супроводжується психічним виснаженням, яке провокує подальшу пасивність та неспроможність аналізувати події, які трапляються в реальному світі навколо особистості.

На основі авторського опитування встановлено, що більшість досліджуваних вважають себе залежними від мобільного гаджету. Прямі залежності провокує розвиток психічних розладів синдром фантомного дзвінка, кіберхондрію, Google-ефект тощо. Тривала відсутність телефону

викликає у молодих людей тривогу та роздратованість. У деяких респондентів страх втратити мобільний обумовлює прояв агресивності.

– окреслити рівні профілактики монофобії молоді в ЗВО та поза ними;

Доведено, що профілактика телефонної залежності має відбуватись на 2-х рівнях. Первинна (запобігаючи) може проводитись завдяки організації тематичних заходів, флешмобів, пропаганди, підготовки та трансляції соціальних відеороликів, проведення право просвітніх заходів. Вторинна ж проводиться відповідними фахівцями шляхом діагностики наявного рівня адикції, запровадження та проведення психокорекційних програм.

– запропонувати дієву програму психокорекції, яка спрямована на виправлення характерологічних особливостей молоді, що детермінують телефонну залежність.

Розроблено та апробовано авторську програму психокорекції, яка охоплює шість блоків логічно обґрунтованих занять теоретичного та практичного спрямування. Кожне заняття містить від 5 до 8 вправ зі спрямуванням на розвиток конкретних навичок, необхідних для недопущення розвитку та подолання вже наявної надмірної телефонної адикції молоді.

Такі результати дозволили нам **вперше**:

- надано поняття «монофобія» в юнацькому віці;
 - визначено відмінності та межі понять «Інтернет-залежність» та «телефонна залежність»;
 - охарактеризовано проблеми виникнення залежностей, які виявляються в адиктивній поведінці молоді;
 - визначено низку адиктогенів, які провокують залежність у молоді;
- розроблено програму психокорекції характерологічних особливостей молоді з вираженою монофобією.

Після закінчення доповіді здобувачу присутніми були поставлені такі питання:

Воят Л.І.: Яким категоріям людей взагалі притаманна номофобія?

Відповідь: Дякую за запитання. Номофобія – це форма поведінкової залежності, яка проявляється як інтенсивний страх залишитися без мобільного телефону або втратити до нього доступ навіть на короткий час. У контекст психології адиктивної поведінки, номофобія розглядається як один із найбільш поширених проявів нехімічної телефонної адикції, що зумовлює розвиток компульсивних реакцій та підвищену тривожність у ситуаціях відсутності мобільного пристрою. Найбільш уразливою до проявів номофобії категорією є молодь. Це пов'язано з інтенсивною інтеграцією цифрових технологій у повсякденне життя, навчання, роботу та комунікацію молодих людей. Мобільні пристрої для них стають не лише засобом зв'язку, а й інструментом самореалізації, соціального позиціонування, а також джерелом емоційного підкріплення.

Галич М. Ю.: Чи погодитесь з твердженням, що молодь з низьким рівнем життя більше схильна до залежності?

Відповідь: Дякую за запитання. Молодь з низьким рівнем задоволеності життя може знайти в телефоні засіб втечі від реальності та відчуття більш

задоволеність, витрачаючи на нього більше часу. Окрім цього, юнацтво може мати можливість заробити певні кошти в режимі онлайн.

Сняткова Т.М.: Відомо, що при кризі молодь може вдаватися до більшого використання телефону. Як це пояснюється?

Відповідь: Дякую за запитання. Криза – це ситуація, в якій відчувається певний занепад, або переломний момент. Тобто криза це та ситуація, коли молодь переживає проблему, яку не може уникнути та всі раніше опановані інструменти не приносять необхідного ефекту. Окрім цього, вона може бути тривала в часі та зводити всі зусилля нанівець.

Воробйова О.В.: У чому сутність Вашої авторської програми психокорекції та які основні завдання вона вирішує?

Відповідь: Дякую за питання. Основною метою розробки програми психокорекції було: зниження рівня номофобії у студентів; корегування рівня тривожності; набуття нових навичок взаємодії з соціумом.

Основні завдання психокорекційної програми полягають у: встановленні рівня залежності молоді від телефону; сприянні підвищення рівня впевненості у собі; розвитку комунікабельності та комунікативних здібностей; зниженні рівня тривожності та агресивності; корекції депресивних станів. Методами психокорекційної роботи виступають: проведення лекцій; застосування психологічних методик; виконання вправ, завдань, ігор на розвиток комунікаційних навичок; виконання вправ на зниження рівня тривожності, агресивності та депресії; виконання психорелаксаційні вправ. Програма містить вправи, які мають молодь: навчити протидіяти маніпуляціям, викликаним номофобією; навчити протистояти маніпуляціям як у побутовому житті, так мобільному гаджеті. Таким чином, за допомогою програми забезпечується можливість встановити наявний рівень залежності та вплинути на розвиток стресостійкості, зменшення тривожності й розвитку власного «Я» об'єкта корекції. Кожна вправа направлена на розвиток конкретних навичок, необхідних для недопущення розвитку та подолання вже наявної надмірної телефонної адикції молоді.

Охріменко І.М.: Як ви вважаєте яка роль здобувачів вищої освіти, як суб'єктів профілактики телефонної залежності серед молоді?

Відповідь: Дякую за запитання. Так, звісно. Вони є одним із суб'єктів профілактики, які залучені в цей процес. У межах дослідження пропонується запроваджувати в закладах вищої освіти флешмоби та соціальні акції, спрямовані на усвідомлення проблеми телефонної залежності. Залучення великої кількості студентів формує колективну відповідальність і розуміння важливості боротьби з номофобією, яка є відносно новим соціально-психологічним явищем. Студенти можуть брати участь у створенні плакатів і гасел, поширюючи ідею раціонального користування телефонами серед однолітків. Ефективним є також проведення рольових сцен про наслідки надмірного користування смартфонами та поширення таких відео через соціальні мережі і відомих блогерів. Популяризації здорової цифрової поведінки сприяють челенджі типу: «24 години без телефону», «Я керую телефоном, а не він мною», після яких учасники діляться власними

враженнями, доводячи, що відмова від гаджета не є втратою. Важливо також залучати молодь до офлайн-активностей – волонтерства, спортивних змагань, допомоги тваринам чи соціально вразливим групам. Такі дії не лише знижують рівень залежності, а й формують соціальну зрілість. Для розвитку навичок саморегуляції доцільно проводити зустрічі з коучами та фахівцями з тайм-менеджменту, які навчають раціонально планувати час, поєднуючи роботу й відпочинок.

Головуючий: Є ще запитання? Немає. Переходимо до обговорення дисертації. Слово надається науковому керівнику.

Науковий керівник, доктор психологічних наук, професор Кудерміна О.І., яка відзначила, що підготовлена Смілянець Тетяною Леонідівною дисертація на тему «Психологічні особливості телефонної залежності сучасної молоді», є результатом кропіткої науково-теоретичної діяльності.

Дисертантка має високий рівень інтелектуальних здібностей, професійно грамотно володіє інструментарієм дослідження, методами математичної статистики. Нею самостійно підготовлено 12 наукових праць, серед яких 4 фахові статі, а також 8 тез доповідей, що опубліковані у збірниках науково-практичних конференцій.

Індивідуальний план наукової роботи та індивідуальний навчальний план Смілянець Т.Л. виконала в повному обсязі.

Зміст дисертації відповідає заявленій дисертантом науковій спеціальності. Дисертація є самостійною, завершеною роботою. Дослідження написано літературно грамотною мовою. Оформлення дисертації відповідає встановленим МОН України вимогам.

Загалом дисертація відповідає вимогам Порядку присудження ступеня доктора філософії та скасування рішення разової спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 12 січня 2022 р. № 44, а її авторка – Смілянець Тетяна – заслуговує на присудження ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 «Психологія».

Вважаю, що дисертаційну роботу можна представити до розгляду та захисту у разовій спеціалізованій вченій раді на здобуття ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 «Психологія».

Після цього було надано слово **рецензентам** роботи:

Доктору психологічних наук, професору Романенко О.В., яка підкреслила, що підготовлене Смілянець Т.Л., дисертаційне дослідження виконано якісно та на належному науковому рівні. Основні результати досліджень авторкою достатньою мірою обґрунтовані. Їх наукова достовірність не викликає сумнівів, оскільки вони отримані в результаті ґрунтового теоретичного та емпіричного дослідження.

Відтак, авторкою здійснено значний обсяг роботи. У дослідженні послідовно та логічно викладено і розкрито головні питання, зазначені у змісті. Все це дає підстави вважати, що мета дослідження досягнута, а його завдання виконані. Все вищенаведене свідчить про те, що дисертаційне дослідження

Смілянець Т.Л. виконано самостійно та відповідає вимогам, які висуваються для подібного виду наукових праць.

В цілому, як свідчить зміст роботи, до захисту подано завершене наукове дослідження, яке містить низку наукових положень, що у своїй сукупності роблять значний внесок у юридичну психологію. Водночас рецензент зазначила, що робота містить окремі неточності щодо використання термінів та посилання на застарілі наукові першоджерела. За умов виправлення цих недоліків дисертація може бути подана до розгляду та захисту у разовій спеціалізованій вченій раді на здобуття ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 «Психологія».

Доктору психологічних наук, професору Бойко-Бузиль Ю.Ю., яка зазначила, що актуальність дисертаційної роботи Смілянець Т.Л. не викликає сумнівів і обумовлена недостатньою розробленістю в психології проблеми виникнення такого різновиду адиктивної поведінки серед молоді як номофобія. Складні соціальні перетворення, повномасштабне вторгнення загострює відхід молоді від травмуючих реалій життя. Вибудована стратегія профілактики залежності від гаджетів дозволяє ефективно запобігати на ранніх стадіях виникнення зазначеного різновиду залежності.

Аналіз представлених здобувачем висновків до дисертації свідчить, що поставлені в науковій роботі мета та завдання повністю виконані. Питання, які розглядаються в дисертації, автором розкриті на досить високому методологічному рівні. При цьому сформульовані висновки та пропозиції є достатньо аргументовані та оригінальні, відповідають вимогам сьогодення та можуть бути застосовані на практиці.

Водночас були висунуті окремі зауваження, що стосувалися уточнення гендерних особливостей превенції номофобії серед молоді.

Дисертація Смілянець Т. Л. на тему «Психологічні особливості телефонної залежності сучасної молоді» виконана на належному науковому рівні, відповідає вимогам МОН України, що ставляться до дисертацій, та за умов усунення вказаних недоліків може бути рекомендована до розгляду та захисту у разовій спеціалізованій вченій раді на здобуття ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 «Психологія».

В обговоренні дисертаційного дослідження взяли участь:

Старший викладач, кандидат юридичних наук Мартенко Ю.І., яка відзначила, що Смілянець Т.Л. у своїй дисертації досягла поставленої мети. Авторкою дисертації чітко окреслені і логічно побудовані мета та завдання дослідження, обґрунтовано теоретичні та методичні підходи щодо їх виконання, розроблено та апробовано відповідні пропозиції, які у своїй комплексності є науковим шляхом вирішення окреслених завдань. Особливо варто відмітити, що мета та завдання дослідження, положення наукової новизни і висновки дисертації є логічно взаємопов'язаними. Об'єкт і предмет дослідження визначені вірно.

Дисертаційне дослідження є оригінальною науковою працею, яка виконана на належному теоретичному і прикладному рівні. Вона має послідовну та виважену структурну будову і за своєю архітектонікою є комплексним та

завершеним науковим дослідженням. Зміст роботи та багатогранність висвітленої проблеми свідчать про різносторонню, і водночас комплексну наукову компетентність її автора.

Доктор філософії, доцент Галич М.Ю., яка зазначила, що дисертаційне дослідження Смілянець Т. Л. на тему «Психологічні особливості телефонної залежності сучасної молоді» виконане якісно, отримані результати є досить ґрунтовними. Переконаливими варто назвати загальні висновки, якими продемонстрована ступінь вирішеності проблеми, що визначена у вступі до роботи.

Варто також охарактеризувати практичний досвід дисертанта, який дозволив їй на власному досвіді психологічного супроводження курсантів ЗВО зі специфічними умовами навчання апробувати сформульовані в дисертації практичні рекомендації.

Дисертаційне дослідження Смілянець Т.Л. виконано відповідно до вимог МОН України. Здобувачка має достатню кількість наукових статей у фахових виданнях та опублікованих тез виступів в межах наукових конференцій. Загалом, результати дисертаційного дослідження мають як теоретичне, так і практичне значення. Тому дисертаційна робота Смілянець Т.Л. заслуговує на рекомендацію до захисту у разовій спеціалізованій вченій раді за спеціальністю 053 «Психологія».

На основі результатів обговорення присутні на засіданні вирішили запропонувати такий:

ВИСНОВОК

про наукову новизну, теоретичне та практичне значення результатів дисертації Смілянець Тетяни Леонідівни на тему «Психологічні особливості телефонної залежності сучасної молоді», поданої на здобуття ступеня доктора філософії в галузі знань 05 «Соціальні та поведінкові науки» за спеціальністю 053 «Психологія»

Дисертація Смілянець Тетяни Леонідівни на тему «Психологічні особливості телефонної залежності сучасної молоді», що подана на здобуття ступеня доктора філософії в галузі знань 05 «Соціальні та поведінкові науки» за спеціальністю 053 «Психологія», є цілісною та завершеною науковою працею. Тема дисертаційної роботи є актуальною; дисертаційне дослідження характеризуються науковою новизною та має теоретичну і практичну значущість.

Обґрунтування вибору теми дослідження. Світова пандемія запровадження режиму воєнного стану на всій території України, перехід на дистанційний формат освіти та вимушене переселення частини населення з прифронтових територій створили значні виклики для процесу соціалізації підростаючого покоління в умовах сучасних суспільних реалій. У такій ситуації психіка потребує особливого захисту та підтримки, оскільки в молодому віці вона є найбільш вразливою. Перехідний період характеризується суттєвими змінами в системі міжособистісних відносин: роль батьків відходить на другий план, натомість провідне місце займають однолітки та близьке соціальне оточення. Саме мобільні гаджети забезпечують молоді можливість розширювати коло спілкування, знаходити однодумців і підтримку, що особливо важливо в умовах нестабільності та соціальної невизначеності.

Мобільні телефони виступають провідником у реальний світ через трансляцію подій, новин і відкриттів із різних куточків світу, проте водночас стають своєрідним «сучасним наркотиком», від якого складно відмовитися. Молоді люди дедалі більше відчують потребу у володінні сучасним гаджетом, який створює ілюзію інтегрованості у соціальне середовище. Інтернет-доступність та розвиток штучного інтелекту, реалізовані через мобільні пристрої, виступають чинниками, що зумовлюють формування адиктивних проявів і страху втратити зв'язок із цифровим простором.

Смартфон надає користувачу необмежений доступ до інформації, новин та розваг, створюючи ілюзію контролю над власною діяльністю. Однак надмірне використання гаджетів і відсутність саморегуляції у часі спричиняють формування залежності, що негативно впливає на фізичне й психічне здоров'я особистості.

Найуразливішою до розвитку телефонної залежності є молодь, для якої характерна несформованість особистісної ідентичності, недостатній життєвий досвід і дефіцит реальних соціальних контактів. Це зумовлює підвищену навіюваність, схильність до наслідування авторитетів віртуального простору та формування деструктивних моделей поведінки. У процесі розвитку залежності відбуваються негативні особистісні трансформації, що проявляються

соціальної дезадаптації, підвищеній тривожності, схильності до ізоляції, агресивності, фрустрації та емоційній нестабільності.

Попри актуальність зазначеної проблеми, спроби її комплексного вивчення та впровадження ефективних профілактичних заходів в українській психології наразі не дали позитивних результатів. У наукових джерелах переважно висвітлюється зарубіжний досвід подолання телефонної залежності, тоді як системні вітчизняні дослідження залишаються поодинокими. Отже, актуальність дисертаційного дослідження «Психологічні особливості телефонної залежності сучасної молоді» зумовлюється необхідністю всебічного аналізу психологічних детермінант виникнення та розвитку цього феномену, а також удосконалення підходів до його профілактики й психокорекції.

Мета і завдання дослідження. Мета дисертації полягала в теоретичному вивченні, емпіричному дослідженні психологічних особливостей телефонної залежності молоді.

Реалізація поставленої мети передбачала вирішення низки завдань:

- визначити зміст та прояви адиктивної поведінки молоді крізь призму юридико-психологічної проблеми сучасності;
- охарактеризувати основні проблеми та причини виникнення різних видів залежностей в юнацькому віці;
- емпірично встановити індивідуально-психологічні детермінанти виникнення та розвитку номофобії молоді;
- обґрунтувати систему профілактики телефонної залежності молоді;
- розробити програму психопрофілактики телефонної залежності молоді.

Об'єкт дослідження – телефонна залежність як соціально-психологічний феномен.

Предмет дослідження – психологічні особливості телефонної залежності та її прояви.

Методи дослідження. Для реалізації мети та завдань цього дослідження використано загальнофілософський, теоретичні, емпіричні, психодіагностичні методи, інтерпретаційні методи.

Зокрема, загальнофілософський діалектичний метод дав змогу сформулювати авторське бачення поняття мобільна залежність і телефонна залежність (підрозділ 1.1), а також визначити основні причини, які спонукують адикцію (підрозділ 1.2). Серед теоретичних використано методи опису, аналізу та узагальнення наукових джерел, які характеризують актуальність досліджуваної проблеми (підрозділи 1.1, 1.2, 1.3, 2.1, 2.2, 3.1, 3.2); системний аналіз – побудова конструктивних зв'язків між елементами дослідження (підрозділи 2.2, 3.1, 3.2); психологічне моделювання – підготовка програми психокорекції (підрозділ 3.2);

Емпіричні та психодіагностичні методи психологічної науки застосовано в дослідженні для перевірки авторських гіпотез і реалізації завдань дослідження. Тому, психодіагностичні методи дали змогу встановити детермінанти та особливості розвитку телефонної залежності серед сучасної молоді (методика визначення типу акцентуації рис характеру та темпераменту К. Леонгарда Х. Шмішека; індивідуально-типологічний опитувальник (Л. М. Собчик);

методика визначення схильності до суїцидальної поведінки (М. Горська); методика шкали проблемного використання мобільного телефону (NPPUS-27; Mobile Phone Problematic Use Scale; авторська анкета визначення рівня емоційної залежності від мобільного гаджету) (підрозділи 2.1, 2.2). Завдяки методу спостереження та анкетування вдалось зрозуміти та описати ставлення молоді до власної телефонної адикції та описати методи її профілактики (підрозділи 2.1, 2.2, 3.1).

Інтерпретаційний метод був застосований для оброблення та пояснення результатів емпіричного дослідження, кількісного та якісного аналізу даних, зіставлення отриманих результатів і визначення психологічних детермінант телефонної залежності молоді, а також для з'ясування ставлення молоді до залежності та основних проявів такої залежності (підрозділи 2.1, 2.2).

Емпірична база дослідження. Дисертаційне дослідження проводилося поетапно з 2022 року до 2023 року. Емпіричну вибірку дослідження групи респондентів становили 120 ($n = 120$) здобувачів вищої освіти (студентів) Національної академії внутрішніх справ.

Наукова новизна отриманих результатів полягає в розширенні уявлень про перебіг телефонної залежності молодих людей в сучасному інформаційному світі. Зокрема:

вперше:

- охарактеризовано проблеми виникнення залежностей, які виявляються в адиктивній поведінці молоді;
- визначено низку адиктогенів, які провокують залежність у молоді;
- обґрунтовано необхідність у розрізненні поняття «інтернет-залежність» та «телефонна залежність» у вивченні психічних розладів.
- запропоновано техніки та методики самостійного подолання телефонної залежності молоддю;
- розроблено програму психокорекції характерологічних особливостей молоді з вираженою телефонною залежністю, яка містить шість занять і спрямована на корекцію депресивних станів, розвиток комунікабельності, зменшення тривожності та діагностованого рівня телефонної залежності;

удосконалено:

- наукове розуміння поняття телефонної залежності молоді з усіма її детермінантами;
- обґрунтування можливості визнання телефонної залежності хворобливим станом, який визначатиметься Міжнародною класифікацією хвороб;

набуло подальшого розвитку:

- наукові підходи щодо розмежування понять «інтернет-залежність» та «телефонна залежність» з огляду на характерологічні особливості сучасної молоді;
- рекомендації щодо профілактики виникнення та розвитку телефонної залежності.

Практичне значення отриманих результатів полягає в тому, що сформовані в дисертаційному дослідженні висновки й рекомендації впроваджені та знайшли своє відображення в:

– *науково-дослідній діяльності* – як підґрунтя для подальшого наукового розроблення окремих питань профілактики адиктивної телефонної залежності молоді (акт впровадження Національної академії внутрішніх справ від 06.10.2025 № 475-нд);

– *освітній діяльності* – під час викладання таких навчальних дисциплін, як «Юридична психологія», «Вікова психологія», «Конфліктологія», «Соціальна психологія» (акт впровадження Національної академії внутрішніх справ від 06.10.2025 № 474-оп);

– *практичній діяльності* – під час розроблення основ формування безпечного освітнього середовища серед дітей та молоді шляхом правотворчої діяльності (акт впровадження громадської організації «Всеукраїнське об'єднання протидії булінгу! Мої безпечні друзі» від 06.10.2025 № 86-88/115-2025).

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертація виконана на кафедрі юридичної психології Національної академії внутрішніх справ відповідно до Закону України «Про пріоритетні напрями розвитку науки і техніки» від 11.07.2001 р. № 2623-III; Указу Президента України «Про Національну молодіжну стратегію до 2030 року» від 12.03.2021 р. № 94/2021; Постанови КМУ «Про затвердження Державної цільової соціальної програми “Молодь України” на 2021–2025 роки» від 02.06.2021 р. № 579. Тему дисертації затверджено рішенням Вченої ради Національної академії внутрішніх справ від 29 вересня 2025 р., протокол № 21.

Структура та обсяг дисертації. Дисертаційна робота складається з анотації, вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, додатків, списку використаних джерел (176 найменувань на 21 сторінках) і двох додатків на семи сторінках. Загальний обсяг роботи становить 239 сторінок, з яких основний текст дисертації становить 210 сторінок.

Апробація матеріалів дисертації. Основні положення роботи, її висновки та рекомендації оприлюднено на міжнародних та Всеукраїнських конференціях: «Актуальні проблеми психологічного забезпечення службової діяльності працівників правоохоронних органів» (м. Київ, 31 жовтня 2023р.); «Забезпечення запобігання та протидія домашньому насильству, насильству за ознаками статі й торгівлі людьми: національна практика та зарубіжний досвід» (м. Київ, 04 грудня 2023 р.); «Development of Education, Science and Business Results 2023: Proceedings of the International Scientific and Practical Interne Conference» (м. Дніпро, 21-22 грудня 2023 р.); «Russia-Ukraine War consequences for the World» (м. Дніпро, 1-2 лютого 2024 р.); «Future Healthcare Innovations, Advances and Progress» (м. Дніпро, 07 червня 2024 р.); «Integration of Education, Science and Business in Modern Environment: Winter Debates» (м. Дніпро, 07-08 лютого 2024 р.); «Забезпечення психологічної допомоги і секторі безпеки і оборони України» (м. Київ, 30 червня 2024 р.); «Актуальні питання психологічного забезпечення діяльності Національної поліції та закладів вищої освіти МВС України» (м. Київ, 30 травня 2024 р.).

Публікації. Основні положення та висновки, що сформульовані дисертації, відображено дванадцятьма наукових працях, серед яких чотири статті

опубліковані у виданнях, включених МОН України до переліку наукових фахових видань з юридичних наук та вісьмох тезах доповідей, опублікованих у збірниках науково-практичних конференцій, одних методичних рекомендаціях. Зокрема:

1. Смілянець Т. Л. Телефонна залежність у юнацькому віці: особливості впливу на розвиток особистості. *Юридична психологія*. 2023. № 1. Київ. 2023. С. 121–127. DOI: <https://doi.org/10.33270/03233201.121>
2. Смілянець Т. Л. Особливості аутоагресії підлітків-девіантів в умовах воєнного стану. *Південноукраїнський правничий часопис*. 2023. С. 66–71. DOI <https://doi.org/10.32850/sulj.2023.4.13>
3. Смілянець Т. Л. Соціальна ізоляція через телефонну залежність. *Наукові перспективи*. № 4(46). 2024. С. 1384–1389. [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2024-4\(46\)-1383-1388](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2024-4(46)-1383-1388).
4. Смілянець Т. Л. Профілактика телефонної залежності серед молоді. *Габітус*. № 73(10). 2025. С. 340–343. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.73.60>

Характеристика особистості здобувача. Смілянець Тетяна Леонідівна народилася 07 липня 1992 року. У 2014 році отримала диплом магістра за спеціальністю «Судова експертиза», здобула кваліфікацію судового експерта, Національної академії внутрішніх справ. У 2014 році отримала диплом спеціаліста за спеціальністю «Правознавство» та здобула кваліфікацію юриста, Національної академії внутрішніх справ. У 2020 році отримала диплом магістра за спеціальністю «Психологія», здобула кваліфікацію магістра з психології, «Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна». У 2021 закінчила курс «Пропедевтики психіатрії» за напрямком: обов'язкова загальна теорія кафедри психіатрії та наркології НМУ імені О.О. Богомольця.

Оцінка мови та стилю дисертації. Дисертація виконана фаховою українською мовою, текстове подання матеріалу відповідає стилю науково-дослідної літератури.

Відповідність дисертації встановленим вимогам і визначеній спеціальності. За актуальністю, ступенем наукової новизни, обґрунтованістю, науковою та практичною цінністю здобутих результатів дисертація Смілянець Т.Л. відповідає спеціальності 053 «Психологія» та вимогам Порядку підготовки здобувачів вищої освіти ступеня доктора філософії та доктора наук у закладах вищої освіти (наукових установах), затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 23 березня 2016 р. № 261, Наказу Міністерства освіти і науки України «Про затвердження Вимог до оформлення дисертації» від 12 січня 2017 року № 40, Порядку присудження ступеня доктора філософії та скасування рішення разової спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 12 січня 2022 р. № 44.

УХВАЛЕНО:

1. Затвердити висновок про наукову новизну, теоретичне та практичне значення результатів дисертації Смілянець Тетяни Леонідівни на тему «Психологічні особливості телефонної залежності сучасної молоді».

2. Констатувати, що за актуальністю, ступенем новизни, обґрунтованістю, науковою та практичною цінністю здобутих результатів, дисертація Смілянець Тетяни Леонідівни відповідає спеціальності 053 «Психологія» та вимогам Порядку підготовки здобувачів вищої освіти ступеня доктора філософії та доктора наук у закладах вищої освіти (наукових установах), затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 23 березня 2016 року № 261 (зі змінами й доповненнями), Наказу Міністерства освіти і науки України «Про затвердження Вимог до оформлення дисертації» від 12 січня 2017 року № 40 (зі змінами й доповненнями) та Порядку присудження ступеня доктора філософії та скасування рішення разової спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 12 січня 2022 р. № 44 (зі змінами й доповненнями).

3. Рекомендувати дисертацію Смілянець Тетяни Леонідівни на тему «Психологічні особливості телефонної залежності сучасної молоді» до захисту на здобуття ступеня доктора філософії у разовій спеціалізованій вченій раді за спеціальністю 053 «Психологія».

Результати голосування присутніх на засіданні докторів та кандидатів наук щодо рекомендації до захисту дисертації Смілянець Тетяни Леонідівни: за –11, проти – немає, таких, що утримались – немає.

**Голова засідання –
завідувач кафедри юридичної психології
Національної академії внутрішніх справ,
доктор юридичних наук, професор**



Іван ОХРІМЕНКО