

ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ САМОСТАВЛЕННЯ ПІДЛІТКІВ ТА ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ ЙОГО КОРЕКЦІЇ

Гриньова Наталія Вячеславівна

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології

Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини,
ORCID ID: 0000-0001-7261-9871

Глотова Олена Іванівна

здобувачка вищої освіти

Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини,
ORCID ID: 0009-0003-0151-2438

У статті розглянуто актуальні проблеми формування самоставлення особистості в підлітковому віці, що є критично важливим етапом для становлення ідентичності та психологічного благополуччя. Акцентовується увага на викликах сучасного соціокультурного середовища, зокрема впливі медіа та високих соціальних вимог, що можуть деформувати самосвідомість підлітків. Метою дослідження став усебічний аналіз психологічних особливостей самоставлення у вибірці із 62 підлітків віком 11–14 років. Використано комплекс психодіагностичних методик, який спрямований на вивчення когнітивного, емоційно-ціннісного та конативного компонентів самоставлення, зокрема, методика «Хто Я?» (адаптація М. Кун, Т. Макпартленд), опитувальник В. Століна, С. Пантілєєва, шкала самооцінки Розенберга та інші.

Отримані результати виявили суттєві гендерні відмінності: хлопчики схильні до самоідентифікації через соціальні ролі та досягнення, демонструючи вищі показники самокерівництва, тоді як дівчатка більше орієнтовані на внутрішній світ, емоції та міжособистісні стосунки, що часто супроводжується підвищеною самокритикою. Також у дівчаток зафіксовано значний розрив між реальним та ідеальним «Я». Для обох статей характерний високий рівень домагань та середній рівень саморегуляції, що є рушійною силою розвитку. Висновки підкреслюють необхідність диференційованої психолого-педагогічної підтримки, яка враховуватиме індивідуальні та гендерні особливості для формування адекватної самооцінки та ефективних стратегій саморегуляції. У статті наведено практичні рекомендації для педагогів і батьків, спрямовані на створення сприятливого освітнього середовища, розвиток самосвідомості та навичок саморегуляції в підлітків.

Ключові слова: самоставлення, підлітковий вік, гендерні особливості, самооцінка, саморегуляція, Я-концепція.

Hrynova N., Hlotova O. THE STUDY OF ADOLESCENTS' SELF-ATTITUDE CHARACTERISTICS AND PSYCHOLOGICAL CONDITIONS OF ITS CORRECTION

The article addresses the pressing issues of self-attitude formation in adolescence, a crucial period for the development of identity and psychological well-being. The focus is on the challenges posed by the modern socio-cultural environment, including the influence of media and high social demands, which can distort adolescents' self-awareness. The study's goal was a comprehensive analysis of the psychological features of self-attitude in a sample of 62 adolescents aged 11–14. A set of psychodiagnostic methods was used to study the cognitive, emotional-evaluative, and conative components of self-attitude, including the "Who Am I?" method (adaptation by M. Kuhn, T. McPartland), the V. Stolin, S. Pantileev questionnaire, the Rosenberg Self-Esteem Scale, and others.

The results revealed significant gender differences: boys tend to self-identify through social roles and achievements, showing higher self-leadership scores, while girls are more focused on their inner world, emotions, and interpersonal relationships, which is often accompanied by increased self-criticism. A significant discrepancy between the real and ideal self was also found in girls. Both genders are characterized by a high level of aspirations and an average level of self-regulation, which serves as a driving force for development. The conclusions emphasize the need for differentiated psychological and pedagogical support that considers individual and gender-specific characteristics to foster an adequate self-esteem and effective self-regulation strategies. The article provides practical recommendations for educators and parents aimed at creating a supportive learning environment and developing self-awareness and self-regulation skills in adolescents.

Key words: self-attitude, adolescence, gender differences, self-esteem, self-regulation, self-concept.

Вступ. Актуальність дослідження проблеми формування самоставлення особистості в підлітковому віці зумовлена низкою значущих чинників, що відображають як індивідуальні потреби розвитку сучасної людини, так і виклики, які стоять перед суспільством. Підлітковий вік є критично важливим періодом для становлення особистості, це час активного самопізнання, пошуку власної ідентичності та формування

системи цінностей. Саме в цей період закладаються основи ставлення до себе, що впливає на всі подальші сфери життя: від успішності в навчанні та професійній діяльності до побудови міжособистісних стосунків і загального психологічного благополуччя. Несформоване або деформоване самоставлення може призвести до значних труднощів адаптації, психологічних проблем і поведінкових відхилень [3].

Сучасний світ із його стрімкими змінами, інтенсивним інформаційним потоком, розширенням віртуального простору та високими соціальними вимогами створює нові умови для формування самосвідомості підлітків. Збільшується вплив соціальних мереж, медіа та стандартизованих образів успіху, що може спотворити уявлення про себе, викликати невпевненість, тривогу та сприяти розвитку неадекватного самоставлення. У таких умовах підлітки особливо потребують сформованої внутрішньої опори, якою є позитивне та реалістичне самоставлення [1].

Зростає потреба в психологічному супроводі підлітків, оскільки збільшення кількості випадків депресивних станів, тривожних розладів, булінгу, самоушкоджувальної поведінки та суїцидальних нахилів серед підлітків свідчить про необхідність поглибленого вивчення чинників, що впливають на їхнє психічне здоров'я та соціальну адаптацію [4]. Якісне самоставлення є одним із ключових ресурсів, що допомагає підліткам долати труднощі, розвивати стійкість до стресів і формувати здорові життєві стратегії [2].

Дослідженням формування та розвитку самоставлення особистості в підлітковому віці займаються провідні українські вчені: І. Булах [1], О. Гірчук [2], Н. Дмитріюк [3], К. Кідалова [4], Н. Кордунова [3], Ю. Подкопаєва [2], Ю. Яранська [5] та інші.

Незважаючи на значну кількість досліджень у галузі психології підліткового віку, проблема цілісного формування самоставлення, з урахуванням сучасних соціально-культурних реалій та специфіки українського суспільства, потребує подальшого комплексного вивчення. Особливо актуальними є розробка та апробація ефективних психолого-педагогічних програм, спрямованих на корекцію та розвиток самоставлення, що відповідатимуть потребам сучасних підлітків.

Матеріали та методи. Метою дослідження є всебічний аналіз психологічних особливостей самоставлення підлітків, виявлення його структурних компонентів та факторів, що впливають на його формування. Ми розглядаємо самоставлення як складну, динамічну систему, що містить три взаємопов'язані компоненти:

1. Когнітивний (самопізнання та образ Я): відповідає за знання, уявлення та рефлексію щодо себе, формуючи фундамент для емоційної оцінки – використовувалася методика «Хто Я?» (адаптація М. Кун, Т. Макпартленд).

2. Емоційно-ціннісний (самооцінка, самоповага, самоприйняття): відображає емоційне та ціннісне ставлення до себе, є центральним для психологічного благополуччя – були використані «Тест-опитувальник самоставлення» (В. Столін, С. Пантелєєв), Шкала самооцінки Розенберга, методика діагностики самооцінки за системою Дембо-Рубінштейн в адаптації А. Прихожан.

3. Конативний (поведінковий, саморегуляція): проявляється в реальних діях, самоконтролі, рівні домагань та прагненні до саморозвитку – використовувалися Методика діагностики рівня домагань (Ш. Нюттен, А. Прихожан), Опитувальник «Стиль саморегуляції поведінки» В. Моросанової.

Результати. Для проведення дослідження сформовано вибірку кількістю 62 особи – 30 хлопчиків та 32 дівчинки, віком від 11 до 14 років. Усі – учні Уманської гімназії № 14. Дослідження, проведене з використанням комплексу психодіагностичних методик, дало змогу детально проаналізувати особливості самосприйняття, самоставлення та саморегуляції в підлітків та виявити суттєві гендерні відмінності:

1. Когнітивний компонент: образ «Я» (методика «Хто Я?»). Аналіз відповідей (таблиця 1) виявив різні акценти в самоописах хлопчиків і дівчаток. Хлопчики частіше ідентифікують себе через соціальні ролі (учень, син, друг) та особистісні характеристики, пов'язані з діяльністю та досягненнями. Для них надзвичайно важливі фізичні якості та належність до групи («Я футболіст», «Я сильний»). Вони схильні до опису зовнішніх проявів свого «Я». Дівчатка, навпаки, більше орієнтовані на внутрішній світ. Їхні самоописи частіше містять емоційно забарвлені особистісні риси («Я чутлива», «Я мрійлива») та характеристики, що стосуються міжособистісних стосунків («Я подруга»). Для дівчат ключовими є соціальні зв'язки та зовнішній вигляд, який часто стає об'єктом самокритики.

2. Емоційно-ціннісний компонент: самоставлення за результатами тесту-опитувальника (методика В. Століна та С. Пантелєєва) показали значні відмінності в емоційній оцінці себе. Хлопчики демонструють вищі показники самокерівництва та самостійності, що відповідає їхній орієнтації на активну діяльність і досягнення. Вони також менш схильні до самозвинувачення, ніж дівчатка. Більшість хлопчиків має адекватне глобальне самоставлення, що залежить від успіху та визнання. Дівчатка мають вищий рівень внутрішньої конфліктності та самозвинувачення, що свідчить про їхню більшу схильність до емоційної рефлексії і внутрішніх суперечностей. Вони більш чутливі до зовнішньої оцінки, що робить їхнє самоставлення вразливим.

3. Мотиваційно-вольовий компонент: самооцінка та рівень домагань (методики Розенберга, Дембо-Рубінштейн, Ж. Нюттена). Дослідження підтвердило типовий для підлітків максималізм у домаганнях, але з гендерною специфікою. Більшість підлітків обох статей має адекватну (нормальну)

Таблиця 1

Розподіл показників когнітивного сприйняття свого «Я» (%)

Стать	Характеристики самоописів «Хто Я?»				
	Соціальні (рольові) ідентифікації %	Особистісні (диспозиційні) характеристики %	Фізичні характеристики %	Матеріальні ідентифікації %	Ціннісно-смыслові та екзистенційні орієнтації %
Хлопці	32	30	23	10	5
Дівчата	28	33	25	6	8

Таблиця 2

Результати самоставлення за методикою «Опитувальник самоставлення» В. Століна і С. Пантисєва

Шкали	Хлопчики, %			Дівчатка, %		
	ВР	СР	НР	ВР	СР	НР
Глобальне самоставлення (ГС)	30	60	10	26	55	19
Самокерівництво (СК)	30	65	5	18	60	22
Самоцінність (СЦ)	23	56	21	20	55	25
Самоприйняття (СП)	20	65	15	15	58	27
Самоочікування (СО)	28	45	27	35	50	15
Внутрішня конфліктність (ВК)	25	57	18	35	53	12
Самозвинувачення (СЗ)	10	62	28	20	65	15
Саморозуміння (СР)	15	62	23	28	63	9
Самоприв'язаність (СПр)	17	64	19	23	67	10

* ВР – високий рівень; СР – середній рівень; НР – низький рівень

самооцінку, однак у дівчаток частіше трапляється низький рівень (23 % проти 14 % у хлопчиків), що може бути пов'язано з підвищеною самокритикою. Рівень домагань в обох груп високий, але їхній фокус різний. У хлопчиків він часто пов'язаний зі спортом і лідерством, тоді як у дівчаток із зовнішністю, популярністю та академічною успішністю. Особливо помітний значний розрив між реальним та ідеальним «Я» у дівчаток (30 % проти 18 % у хлопчиків), що є джерелом внутрішнього незадоволення собою та підвищеної тривожності, особливо у сфері зовнішності та соціального прийняття.

4. Регуляторний компонент: стиль саморегуляції (методика В. Моросанової). Більшість підлітків має середній рівень саморегуляції, що вказує на те, що вони вже здатні усвідомлено ставити цілі, програмувати та контролювати свою поведінку, але ця здатність є нестабільною і може знижуватися в умовах стресу чи сильних емоцій. Розвиток гнучкості та самостійності є критично важливим на цьому етапі.

Таблиця 3

Результати за методикою «Стиль саморегуляції поведінки» (ОССП) В. Моросанової

Шкали	Хлопчики, %			Дівчатка, %		
	ВР	СР	НР	ВР	СР	НР
Планування (П)	15	63	22	18	68	14
Моделювання (М)	15	70	15	25	60	15
Програмування (Пр)	18	65	17	19	64	17
Оцінка результатів (ОР)	20	58	22	18	67	15
Гнучкість (Г)	20	56	24	15	60	25
Самостійність (С)	35	55	10	28	50	22
Надійність (Н)	15	80	5	25	75	0
Загальний рівень саморегуляції (ЗР)	19	68	13	23	65	12

* ВР – високий рівень; СР – середній рівень; НР – низький рівень

Для успішного розвитку особистості підлітків необхідна диференційована психолого-педагогічна підтримка, яка враховуватиме не лише загальні вікові кризи, а й гендерні особливості, зосереджуючись на зміцненні самооцінки, формуванні реалістичних домагань та розвитку навичок саморегуляції.

На основі аналізу отриманих результатів дослідження самоставлення підлітків ми розробили практичні рекомендації для педагогів, які допоможуть їм ефективно взаємодіяти з учнями 11–14 років, ураховуючи їхні вікові та гендерні особливості, та сприяти гармонійному розвитку особистості.

1. Створення сприятливого та підтримувального освітнього середовища. Підліткам, особливо дівчаткам з підвищеною самокритичністю, важливо відчувати, що їх приймають незалежно від успіхів чи зовнішнього вигляду. Створюйте атмосферу, де помилки сприймаються як можливість для навчання, а не привід для засудження. Сприяйте відкритому спілкуванню про почуття, думки та переживання. Це допоможе підліткам, особливо дівчаткам, які більш схильні до рефлексії, краще розуміти себе та свої емоції. Зважайте на те, що кожен підліток унікальний. Не порівнюйте учнів між собою. Зосередьтеся на індивідуальному прогресі та розвитку кожного.

2. Розвиток когнітивного компонента самосвідомості («Хто Я?»). Регулярно пропонуйте завдання типу «Якими трьома словами ти б описав(ла) себе?», «Які твої сильні сторони?», «Що ти хочеш покращити в собі?». Заохочуйте учнів до участі в проєктах, що допомагають їм розкрити свої таланти й здібності (мистецтво, спорт, волонтерство), та обговорюйте їхній внесок й успіхи. На уроках суспільствознавства, етики, української літератури обговорюйте різні соціальні ролі та їхнє значення. Допомогайте усвідомлювати, що ідентичність не обмежується однією роллю. Хоча ці аспекти лише формуються, інтегруйте в навчальний процес дискусії про цінності (добро, свобода, відповідальність), мрії та життєві орієнтири. Це може бути через аналіз літературних творів, фільмів, обговорення важливих подій.

3. Формування адекватного емоційно-ціннісного самоставлення. Хваліть не тільки за успіх, а й за докладені зусилля, наполегливість, уміння вчитися на помилках. Це особливо важливо для дівчаток, які схильні до самокритики при невдачах. Допомогайте підліткам усвідомлювати свої як сильні, так і слабкі сторони, без надмірної ідеалізації чи знецінення. Обговорюйте «розрив» між «Я-реальним» та «Я-ідеальним», пояснюючи, що це є рушійною силою розвитку. Особливо дівчаткам важливо проводити бесіди про різноманітність краси, вплив медіа на стандарти зовнішності та цінність здоров'я над зовнішнім виглядом.

Допомогайте аналізувати помилки без самозвинувачення, зосереджуючись на пошуку рішень та уроків. Навчайте розпізнавати та називати емоції, висловлювати їх конструктивно. Проводьте вправи на емпатію і розуміння почуттів інших. Будьте уважними до ознак низької самооцінки, тривоги, прокрастинації. Направляйте учнів до шкільного психолога, якщо бачите ознаки значних психологічних труднощів.

4. Розвиток ефективного стилю саморегуляції поведінки. Допомогайте підліткам ставити перед собою досяжні, але амбітні цілі, розбивати їх на менші кроки. Включайте елементи планування в навчальний процес (наприклад, планування виконання домашніх завдань, проєктів). Надавайте підліткам більше можливостей для самостійного ухвалення рішень та відповідальності (наприклад, в організації класних заходів, чергуванні). Підтримуйте ініціативність хлопчиків у діях та дівчаток у соціальних проєктах. Аналізуйте разом з учнями, як можна реагувати на непередбачені ситуації та змінювати плани. Підкреслюйте важливість сумлінності та відповідальності у виконанні завдань.

5. Врахування гендерних особливостей у педагогічній практиці. Спрямовуйте енергію хлопчиків та прагнення до досягнень у конструктивне русло (спорт, змагання, проєктна діяльність). Підтримуйте їхнє прагнення до самостійності, але водночас навчайте емоційній рефлексії та розумінню інших. Зосередьтеся на підтримці в дівчат позитивного образу тіла та формування здорової самооцінки. Сприяйте розвитку їхнього емоційного інтелекту, навчаючи конструктивному вираженню почуттів та роботі із самокритикою. Заохочуйте до лідерських ролей у соціальних та творчих проєктах.

Застосування цих рекомендацій у повсякденній педагогічній практиці сприятиме не лише академічним успіхам, а й гармонійному психологічному розвитку підлітків, формуванню стійкої та позитивної «Я-концепції», що є запорукою їхньої успішної соціалізації та майбутнього благополуччя.

Рекомендації для батьків щодо підтримки розвитку самоставлення підлітків:

1. Створюйте атмосферу безумовного прийняття та довіри. Підлітки, особливо дівчатка, дуже чутливі до критики та зовнішніх оцінок, покажіть дитині, що ви любите її безумовно, незалежно від оцінок, успіхів чи змін у зовнішності. Уникайте порівнянь з іншими дітьми. Важливо, щоб дитина знала, що може звернутися до вас з будь-якою проблемою чи переживанням. Будьте готові слухати без осуду, навіть якщо вам не подобається почуте. Поважайте їхню потребу в приватності та особистому просторі. Це допомагає їм відчувати себе самостійними та дорослими.

2. Допомогайте пізнавати себе та свої якості. Цікавтеся думками та почуттями дитини: «Що ти відчуваєш щодо цього?», «Як ти думаєш, чому це сталося?», «Що ти дізнався про себе сьогодні?». Це допоможе їм краще розуміти себе та свої реакції. Звертайте увагу на позитивні якості дитини, її успіхи та досягнення, навіть невеликі. Допомогайте розвивати її хобі та інтереси (спорт, творчість, комп'ютерні ігри – якщо вони є джерелом успіху та належності до спільноти). Для хлопчиків особливо важливе визнання їхніх фізичних здібностей та успіхів у діяльності. Говоріть про те, як дитина проявляє себе в різних ролях (учень, друг, син / донька). Допоможіть усвідомити, що бути собою – це бути різним в різних ситуаціях.

3. Формуйте здорову самооцінку та реалістичні очікування. Наголошуйте, що цінність людини не визначається зовнішністю чи популярністю. Для дівчаток, які більш схильні до самокритики щодо зовнішності, важливо акцентувати увагу на їхніх внутрішніх якостях, доброті, розумі. Підлітки часто

мають завищені очікування. Допоможіть дитині ставити досяжні цілі та розбивати їх на менші кроки. Поясніть, що шлях до мети – це процес, де є місце як успіхам, так і помилкам. Замість осуду чи звинувачення, обговорюйте, що пішло не так, і які уроки можна винести з цієї ситуації. Важливо, щоб дитина не боялася помилятися. Говоріть про нереалістичні стандарти краси та успіху, які нав'язуються в соціальних мережах та медіа. Це допоможе дітям, особливо дівчаткам, критичніше сприймати інформацію та уникати надмірної самокритики.

4. Розвивайте навички саморегуляції та самостійності. Давайте дитині більше свободи в ухваленні рішень (відповідно до віку та можливостей), навіть якщо це призведе до незначних помилок. Дозвольте їм вчитися на власному досвіді. Допмагайте планувати домашні завдання, дозволяти, великі проекти, це може бути спільне складання розкладу або обговорення послідовності дій. Надавайте дитині конкретні обов'язки вдома та заохочуйте їх до виконання. Це формує почуття відповідальності та дисципліни. Ваша власна здатність до самоконтролю, планування та реагування на труднощі є потужним прикладом для дитини.

5. Враховуйте гендерні особливості в спілкуванні. Підтримуйте їхнє прагнення до самостійності та досягнень. Навчайте їх висловлювати свої почуття, не соромлячись, та обговорювати емоції. Заохочуйте їх до спілкування, яке виходить за межі змагання. Будьте особливо уважними до їхніх емоційних станів, схильності до самокритики та тривоги, пов'язаної із зовнішністю. Розвивайте їхнє емоційне саморозуміння та вміння керувати емоціями. Допмагайте їм розбудовувати здорові соціальні зв'язки.

Висновки. Так, підлітковий вік є критичним періодом для формування «Я». Процеси самопізнання та самоставлення є інтенсивними, але ще не повністю стабільними. Виявлено чіткі гендерні відмінності у пріоритетних сферах самовизначення та емоційного реагування. Хлопчики більш орієнтовані на досягнення, фізичні показники та зовнішнє визнання, тоді як дівчатка – на міжособистісні стосунки, емоційну сферу та зовнішній вигляд (з високим ризиком самокритики). Для обох статей характерні завищені самоочікування та високі рівні домагань, що є рушійною силою розвитку, але при значному розриві між «реальним» та «ідеальним» «Я» може призводити до фрустрації, внутрішніх конфліктів та зниження самооцінки, особливо в дівчаток.

Результати дослідження підкреслюють необхідність цілеспрямованої психолого-педагогічної підтримки підлітків у формуванні адекватної самооцінки, реалістичних домагань та ефективних стратегій саморегуляції, враховуючи їхні гендерні й індивідуальні особливості.

Література:

1. Булах І. С. Психологія особистісного зростання підлітків: реалії та перспективи: монографія. Вінниця : ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016. 340 с.
2. Гірчук О. В., Подкопаєва Ю. В. Умови формування та трансформації самоставлення у дітей і підлітків. *Психологія: реальність і перспективи: збірник наукових праць РДГУ*. 2019. Вип. 12. С. 184–189.
3. Дмитріюк Н., Кордунова Н. Самоставлення як психологічний компонент особистісного розвитку сучасного підлітка. *Проблеми сучасної психології*. 2019. Вип. 45. С. 148–151. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2019-45.128-151>
4. Кідалова К. С. Психологічні особливості самоставлення особистості: аналіз концепцій та підходів. *Ukrainian psychological journal*, № 2(8). 2018. С. 48–58.
5. Яранська Ю. С. Психологічні особливості формування позитивного самоставлення у підлітковому віці. *Теорія та практика сучасної науки*. 2021. № 12 (78). С. 123–187.

References:

1. Bulakh, I. S. (2016). *Psykhologhiia osobystisnoho zrostannia pidlitkiv: realii ta perspektyvy: monohrafiia*. Vinnytsia, TOV "Nilan-LTD". [in Ukrainian].
2. Hirchuk, O. V. & Podkopaieva, Yu. V. (2019). *Umovy formuvannia ta transformatsii samostavlennia u ditei i pidlitkiv* [Conditions for the formation and transformation of self-determination in children and adolescents]. *Psykhologhiia: realnist i perspektyvy: zbirnyk naukovykh prats RDHU – Psychology: reality and prospects: collection of scientific works of the RDHU, Vyp. 12, 184–189*. [in Ukrainian].
3. Dmytriuk, N. & Kordunova, N. (2019). *Samostavlennia yak psykhologichnyi komponent osobystisnoho rozvytku suchasnoho pidlitka*. [Self-attitude as a psychological component of the personal development of a modern teenager]. *Problemy suchasnoi psykhologii – Problems of modern psychology, 45, 148–151*. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2019-45.128-151> [in Ukrainian].
4. Kidalova, K. S. (2018). *Psykhologichni osoblyvosti samostavlennia osobystosti: analiz kontseptsii ta pidkhodiv* [Psychological features of personality self-attitude: analysis of concepts and approaches]. *Ukrainskyi psykhologichnyi zhurnal – Ukrainian psychological journal, № 2 (8), 48–58*. [in Ukrainian].
5. Yaranska, Yu. S. (2021). *Psykhologichni osoblyvosti formuvannia pozytyvnoho samostavlennia u pidlitkovomu vitsi* [Psychological features of the formation of a positive self-image in adolescence]. *Teoriia ta praktyka suchasnoi nauky – Theory and practice of modern science, № 12(78), 123–187*. [in Ukrainian].

Стаття надійшла до редакції 05.08.2025
Статтю прийнято до публікації 09.09.2025
Стаття опублікована 16.10.2025