

УДК: 316.4:314.4
JEL: I10, I18
DOI: 10.35774/rarrpsu2023.28.184

Олександр ЛУБ'ЯНСЬКИЙ
здобувач наукового ступеня доктор філософії
Західноукраїнського національного університету
E-mail: sasha.24.lubianskyi@gmail.com

ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ ЧИННИКІВ НА СТАН ЗДОРОВ'Я ПІДЛІТКІВ

АНОТАЦІЯ

Вступ. Актуальність теми обумовлена зростаючим впливом соціальних чинників на здоров'я підлітків у сучасному суспільстві, особливо в Україні в умовах війни. Підлітковий вік є критичним періодом у формуванні фізичного та психічного здоров'я, і саме в цей час особистість найбільш вразлива до зовнішніх впливів. Соціальне оточення, включаючи сім'ю, однолітків, засоби масової інформації та соціальні мережі, має значний вплив на самопочуття та розвиток підлітків. Аналіз цих чинників є важливим для розробки ефективних стратегій підтримки здоров'я молодого покоління, що в свою чергу сприятиме формуванню здорової нації в майбутньому.

Метою статті є теоретико-методологічний аналіз впливу різних соціальних чинників на стан фізичного та психічного здоров'я підлітків з метою розробки науково обґрунтованих рекомендацій для покращення їхнього здоров'я через впровадження ефективних соціальних програм та політик.

Методи. Для досягнення мети дослідження використано комплексний підхід, що включає: аналіз наукової літератури щодо впливу соціальних чинників на здоров'я підлітків; порівняльний аналіз впливу різних соціальних чинників на здоров'я підлітків; статистичний аналіз для визначення найбільш значущих соціальних чинників та їх впливу на здоров'я підлітків.

Результати: проведено оцінку найважливіших чинників впливу на збереження здоров'я у підлітковому віці. Кожен з цих чинників було детально охарактеризовано, включаючи їхній безпосередній вплив на психіку і свідомість підлітка. Приділено особливу увагу таким аспектам, як сімейне середовище, взаємини з однолітками, навчальне навантаження, доступ до медичних послуг та рівень фізичної активності.

Сімейне середовище розглядається як фундаментальний чинник, що формує основи здорового розвитку підлітків. Висвітлюються роль батьків у підтримці емоційної стабільності, важливість позитивних сімейних стосунків та вплив економічного стану сім'ї на доступ до якісних медичних послуг і здорового харчування.

Взаємини з однолітками охарактеризовані як важливий соціальний чинник, який може як сприяти, так і шкодити здоров'ю підлітка. Позитивні взаємини забезпечують підтримку та сприяють формуванню здорових соціальних навичок, тоді як негативний соціальний досвід, такий як булінг, може призводити до розвитку стресових і депресивних станів.

Доступ до медичних послуг та рівень фізичної активності є важливими чинниками фізичного здоров'я. Описано, як недостатній доступ до медичних послуг може призводити до несвоєчасного виявлення і лікування захворювань, а низький рівень фізичної активності – до проблем з вагою та іншими фізичними недугами.

Надано рекомендації для батьків щодо допомоги у подоланні складнощів підліткового віку. Поради включають побудову довірливих відносин з дітьми, забезпечення емоційної підтримки, моніторинг соціального кола підлітків, зниження навчального навантаження через організацію ефективного режиму дня, заохочення до фізичної активності та своєчасне звернення до медичних спеціалістів.

Ключові слова: підлітки, здоров'я, соціальні чинники.

Формули: 0, рис.: 1, табл.: 0, бібл.: 15.

Oleksandr LUBIANSKYI

THE INFLUENCE OF SOCIAL FACTORS ON THE HEALTH OF ADOLESCENTS

ABSTRACT

Introduction. *The relevance of this study is determined by the increasing impact of social factors on the health of adolescents in modern society, especially in Ukraine under wartime conditions. Adolescence is a critical period for the formation of physical and mental health, and during this time, individuals are most vulnerable to external influences. The social environment, including family, peers, mass media, and social networks, significantly affects the well-being and development of adolescents. Analyzing these factors is crucial for developing effective strategies to support the health of the younger generation, which in turn will contribute to the formation of a healthy nation in the future.*

The purpose of the article is a theoretical and methodological analysis of the influence of various social factors on the physical and mental health of adolescents with the aim of developing scientifically-based recommendations for improving their health through the implementation of effective social programs and policies.

Methods. *To achieve the research objectives, a comprehensive approach was used, including: analysis of scientific literature on the impact of social factors on adolescent health; comparative analysis of the impact of various social factors on adolescent health; statistical analysis to identify the most significant social factors and their impact on adolescent health.*

Results. *The study assessed the most important factors affecting health preservation in adolescence. Each of these factors was detailed, including their direct impact on the adolescent's psyche and consciousness. Particular attention was paid to aspects such as family environment, peer relationships, academic load, access to medical services, and the level of physical activity.*

The family environment is considered a fundamental factor shaping the foundations of healthy adolescent development. The role of parents in maintaining emotional stability, the importance of positive family relationships, and the impact of the family's economic status on access to quality medical services and healthy nutrition are highlighted.

Peer relationships are characterized as an important social factor that can both benefit and harm the adolescent's health. Positive relationships provide support and contribute to the development of healthy social skills, while negative social experiences, such as bullying, can lead to stress and depressive states.

Academic load is also considered an important factor affecting the mental health of adolescents. It is emphasized that high demands and pressure from educational institutions can cause chronic stress, negatively impacting overall well-being and mental health.

Access to medical services and the level of physical activity are important factors for physical health. It is described how insufficient access to medical services can lead to the untimely detection and treatment of diseases, and low levels of physical activity can lead to weight problems and other physical ailments.

Recommendations for parents on how to help overcome the challenges of adolescence are provided. The advice includes building trusting relationships with children, providing emotional support, monitoring the adolescent's social circle, reducing academic load through organizing an effective daily routine, encouraging physical activity, and timely consultation with medical specialists. Parents are also encouraged to actively participate in their children's lives, providing them with a safe and supportive environment for comprehensive development.

Keywords: *adolescents, health, social factors.*

Formulas: 0, figures: 1, tables: 0, bibl.: 15.

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими чи практичними завданнями. У сучасних умовах головним показником добробуту людей є здоров'я. Його розглядають не лише як відсутність захворювань. Сьогодні здоров'я визначають як такий стан організму, який забезпечує належне фізичне, психологічне та соціальне благополуччя [12].

Основою майбутньої здорової нації доцільно вважати дітей, адже виховання та вміння дбати про своє здоров'я відіграють велику роль у формуванні здорової людини. Без здорових дітей не може бути здорової нації. Під час формування та становлення кожен з нас проходить складний життєвий період, який називається підлітковим віком.

Для кращого розуміння варто ознайомитися з терміном "підлітковий вік" та його визначенням у літературі. З латині цей термін можна перекласти як "дорослішати" чи "зростати". Отже, підлітковий вік – це один із головних циклів людського життя, період формування самосвідомості та пізнання, в якому формується життєва позиція, з якою ми ввійдемо в доросле життя. Це вік, коли маленькі громадяни переходять у стан більшої зрілості та складних соціальних процесів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Останні дослідження у сфері впливу соціальних чинників на стан здоров'я підлітків висвітлюють різноманітні аспекти цього питання. Зокрема, дослідження американського соціолога Роберта Патнема показали, що соціальний капітал, включаючи соціальні мережі та рівень довіри у суспільстві, значно впливає на психічне здоров'я підлітків. Патнем вказує на важливість соціальної взаємодії та залучення підлітків у громадське життя як засобу підтримки їхнього психологічного благополуччя [12].

Європейські дослідження, проведені організацією World Health Organization (WHO), також підкреслюють важливість соціально-економічних чинників у визначенні рівня здоров'я підлітків. Згідно з їхніми дослідженнями, доступ до якісної освіти та медичних послуг, а також стабільне фінансове становище сім'ї, мають вирішальне значення для фізичного та психічного здоров'я молоді [1; 5] (World Health Organization (WHO)) (World Health Organization (WHO)).

Дослідження українських науковців, зокрема проведені Інститутом демографії та соціальних досліджень імені М.В. Птухи НАН України також акцентують увагу на важливість соціально-економічних детермінант для здоров'я підлітків (Дмитро Шушпанов) [14]. Любов Шевчук, Лариса Федоришина та Ірина Шевчук зазначають на зростаючий вплив війни на здоров'я підлітків [13]. Вони вказують на необхідність розробки спеціалізованих програм психосоціальної підтримки для молоді, яка переживає стресові ситуації в умовах війни.

Дослідження Джеймса Хекмана, лауреата Нобелівської премії з економіки, демонструють важливість раннього втручання та інвестицій в освіту та здоров'я дітей і підлітків. Хекман наголошує, що соціальні інвестиції в ранньому віці мають довгострокові позитивні наслідки для здоров'я та соціальної адаптації [2; 3].

Таким чином, аналіз останніх досліджень і публікацій показує, що соціальні чинники мають комплексний вплив на здоров'я підлітків. Це підкреслює необхідність розробки комплексних підходів для підтримки здоров'я молоді, які включають як соціально-економічні, так і психологічні аспекти.

Мета статті - теоретико-методологічний аналіз впливу різних соціальних чинників на стан фізичного та психічного здоров'я підлітків з метою розробки науково обґрунтованих рекомендацій для покращення їхнього здоров'я через впровадження ефективних соціальних програм та політик.

Виклад основного матеріалу дослідження. Підлітковий вік вважається періодом нестабільності, тривожності та недостатньої впевненості у власних силах. Це час, коли виникають конфлікти з дорослими, проявляється юнацький максималізм та часто змінюються вподобання [10].

Такі різкі зміни в поведінці пояснюються складністю цього періоду. Це вік статевого дозрівання, який може спричинити психофізіологічні відхилення. Саме в цей період підвищується тривожність, можлива депресія, агресія. Це відбувається через небажання підлітків ділитися своїм

внутрішнім станом. Вони більш схильні приховувати свій справжній душевний стан, тому депресія може проявлятися як агресія до оточуючих чи батьків. Майже половина людей у цьому віці хоча б раз відчувала тривале почуття смутку та невдоволення життям, а десята частина думала про самогубство [6].

Проте підлітковий вік також формує в дитини соціальну позицію, сприяє побудові нових стосунків з однолітками, дає стимул до самовираження та сприяє виходу до самостійності у своїх вчинках [10].

Саме соціальні чинники відіграють одну з основних ролей у забезпеченні здоров'я підлітка. Оскільки цей період дуже важливий і впливає на подальше життя, необхідно виділити основні соціальні причини, які здатні вплинути на збереження здоров'я. Основні соціальні чинники, що впливають на здоров'я та розвиток дітей і підлітків представлені на рис. 1. Вони розподілені на три основні категорії: сімейне середовище, шкільне середовище та суспільне середовище. Кожна з цих категорій містить підчинники, які більш детально пояснюють вплив на здоров'я та благополуччя дітей.

Сімейне середовище включає такі підчинники, як економічний стан сім'ї, освіта батьків та сімейні стосунки. Шкільне середовище охоплює академічний стрес та взаємини з однолітками, а також психосоціальні аспекти, що включають вплив соціальних мереж і поведінкові чинники. Суспільне середовище містить доступ до рекреаційних ресурсів, а також рівень злочинності та безпеки.



Рис. 1. Основні соціальні чинники, що впливають на здоров'я та розвиток дітей і підлітків

Примітка. Складено автором

Одним із ключових чинників впливу є соціальна підтримка. Соціальна підтримка грає без перебільшення основну роль у житті підлітка. У цьому віці людина потребує підтримки від усього соціуму, батьків, друзів чи однолітків. Внаслідок сучасного стану війни, всі ми стали більш тривожними, а підлітки особливо. Це може призвести до підвищеної конфліктності, що погіршить взаєморозуміння в спілкуванні.

Тому важливо своєчасно забезпечити підлітка підтримкою та достатнім рівнем комунікації в його середовищі. Це допоможе підтримувати ментальне здоров'я на належному рівні в такий

складний період життя. Перш за все, варто показати підліткам, що ви завжди готові їх підтримати. Вони повинні знати, що можуть розраховувати хоча б на декілька підбадьорливих слів. Запропонуйте підлітку відпочити від буднів, проведіть разом час за хобі чи розвагами – так ви надасте йому свою підтримку [9].

Ще одним важливим чинником впливу на здоров'я молоді є сім'я. Значущу роль у психологічному стані дитини відіграє клімат у родині. Від нього залежить самопочуття дитини, її активність, характер та ставлення до оточуючих. Якщо оточення в сім'ї підлітка є дружнім, така дитина легше встановлюватиме спілкування з оточуючими та належно сприйматиме виховні настанови батьків. Такі підлітки зазвичай доброзичливі та правильно реагують на вимоги до них.

Проте зростання в неповноцінній сім'ї чи неблагополучних умовах негативно впливає на життєвий шлях дитини. Розлучення між батьками може викликати стрес, депресію та зниження самооцінки. Дитина може відчувати, що вона відрізняється від інших і в чомусь поступається своїм одноліткам. Підлітки з неблагополучних сімей часто схильні до агресії та конфліктів з оточуючими [7].

Наступний чинник впливу на здоров'я підлітка – це його вразливість до порівняння з однолітками. Багато досліджень науковців з різних країн наводять ефект соціального порівняння як одну з причин виникнення підліткової тривожності. Такі порівняння нерідко можуть призвести до депресії. Тому слід уникати зловживання порівняннями та, навпаки, демонструвати дитині свою підтримку в її творчих починаннях і хобі, підтримувати її в навчальному процесі та бути поруч у складні моменти життя.

Також варто звернути увагу на гуманність з боку однолітків, адже економічний рівень благополуччя сім'ї часто стає об'єктом насмішок. Це може стати причиною стресу, депресії, втрати самооцінки та конфліктів у сім'ї. З точки зору економічного процесу, соціальний статус та можливості сім'ї мають вагомий вплив на здоров'я підлітка, забезпечуючи його такими благами:

- доступність медицини: у сім'ях з вищим доходом доступ до медицини є більшим. Такі сім'ї частіше виконують профілактичні заходи та медичні огляди, тоді як низька доступність медицини може призвести до несвоєчасного виявлення проблем зі здоров'ям, що може негативно вплинути на життя підлітка в майбутньому.

- умови проживання, які включають безпечність житла, якість харчування та доступ до кращих умов забезпечення необхідними благами.

- освіта, адже сім'ї з вищим соціальним статусом мають більші можливості забезпечити якісну освіту та всебічний розвиток підлітка.

- психологічне благополуччя: вищий соціальний статус може сприяти економічному та психологічному благополуччю підлітка. Водночас відчуття соціальної відсутності може зароджуватися у підлітків з низьким соціальним статусом сім'ї. Відчуття економічної нестабільності може викликати стрес у сім'ї, що впливає на емоційне та психологічне здоров'я підлітка [10].

Ще одним чинником впливу на здоров'я підлітка є соціальні мережі.

Соціальні мережі мають значний вплив на здоров'я підлітка, здійснюючи як позитивний, так і негативний вплив в залежності від умов їх використання. Позитивні аспекти полягають у можливості для підлітків зберігати зв'язок з друзями та сім'єю, навіть на відстані, що допомагає задовольнити потребу у спілкуванні та позитивно впливає на емоційний стан в складних ситуаціях. Соцмережі також сприяють розвитку творчості через створення різноманітного контенту на платформах, таких як YouTube, Instagram та TikTok, де підлітки можуть проявити свою унікальність.

Однак використання соціальних мереж може мати й негативний вплив на здоров'я. Витрачання багато часу перед екраном може порушувати режим сну, що призводить до втоми, підвищеної емоційності та негативного впливу на психічне здоров'я. Крім того, вони можуть стикатися з небезпечним контентом, кібербулінгом та іншими ризиковими ситуаціями, що впливають на їхнє психологічне становище.

Освіта грає важливу роль у формуванні здорового підліткового покоління. Вона допомагає дітям усвідомлювати важливість здорового способу життя, включаючи правильне харчування, достатній сон та регулярну фізичну активність. Освічений підліток також здатний відмовлятися від шкідливих звичок та уникати компаній, які сприяють їх поширенню, оскільки піклується про своє здоров'я. Добре обізнана молода людина правильно аналізуватиме ситуації в як потрапляє, матиме самоконтроль, відкритість до допомоги оточуючих його дорослих.

Освітній процес сприяє формуванню самодисципліни та відкриває доступ до різноманітних ресурсів, що дозволяє підліткам отримати більше інформації про своє здоров'я. Освіта не лише надає знання, а й сприяє всебічному розвитку особистості, покращує комунікаційні навички та інтеграцію в суспільство, що має позитивний вплив на їхнє майбутнє здоров'я.

Іншим важливим чинником впливу на здоров'я підлітка є підтримка, яка може бути як вербальною, так і не вербальною. Це допомагає знижувати рівень стресу та покращує психологічний стан дитини. Наявність людей, з якими можна обговорити своє здоров'я та поділитися проблемами, є надзвичайно важливою для підлітка, оскільки це дозволяє знайти підтримку та поради від дорослих.

Також важливо зазначити, що підлітковий вік є емоційно складним періодом, і позитивне середовище оточення, яке створюють обійми та усмішки, може значно поліпшити психологічний стан підлітка.

Гендерні відмінності також мають велике значення для здоров'я підлітків, оскільки вони можуть впливати на фізичне, психологічне, сексуальне та соціальне благополуччя. Розуміння цих відмінностей дозволяє адаптувати підхід до кожної особистості з урахуванням їхніх унікальних потреб і характеристик.

Ці аспекти разом впливають на здоров'я підлітків і допомагають створити підтримуюче середовище для їхнього розвитку та самопізнання.

Підлітки часто стикаються з підвищеним стресом та тривогою, особливо відчуваючи вплив негативних відгуків та булінгу, що може призвести до втрати віри в себе та зниження самооцінки. Особливу увагу потребує інформація про сексуальне здоров'я, яка має надаватися з урахуванням індивідуальних потреб та ризиків, щоб уникнути небажаних наслідків.

Важливо враховувати думки та проблеми сучасних підлітків, підтримувати прийняття їхнього тіла та надавати можливість для самовизначення у гендерному розвитку. Створення дружньої атмосфери та надання підтримки є важливими аспектами для здорового розвитку молоді.

Медіа також мають значний вплив на здоров'я підлітків через ідеалізацію краси та фізичної форми, що спотворює реальність і може викликати відразу до власного тіла, невпевненість у собі та психологічні травми. Реклама часто нав'язує негативні стандарти поведінки, пропонуючи алкоголь, куріння та інші шкідливі звички як прийнятні.

Необхідно усвідомлювати ці впливи та активно працювати над зменшенням їх негативного впливу на молодь, забезпечуючи доступ до об'єктивної інформації та сприяючи формуванню здорових життєвих стандартів.

Позитивний вплив медіа на здоров'я підлітка можливий завдяки рекламі здорового способу життя та корисній інформації про здоров'я, яка сприяє усвідомленню важливості здорового життя. Однак важливо пам'ятати, що необхідно критично ставитися до всієї інформації, перевіряти її достовірність та вірогідність.

Сцени насильства, жахів та конфліктів можуть негативно впливати на здоров'я та емоційний стан підлітків, спричиняючи стрес, тривогу та навіть депресію. Соціальні стереотипи та дискримінація, які просуюються через медіа, також можуть стати потенційною загрозою для здоров'я, формуючи взаємини в суспільстві, що можуть бути шкідливими.

Медіа також надають можливість підліткам взаємодіяти та будувати соціальні зв'язки, але важливо зберігати баланс і розвивати реальні, особисті відносини. Важливо також розвивати критичне мислення та не піддаватися стадним інстинктам, зосереджуючись на індивідуальних потребах та цінностях кожної особи.

Отже, медіа мають значний вплив на здоров'я та добробут підлітків як у позитивному, так і в негативному контекстах. Важливо вміти аналізувати інформацію, розвивати критичне мислення та зберігати індивідуальність у всіх аспектах життя.

Великий вплив на здоров'я підлітка також мають культурні та переконання. Наприклад, культурні стереотипи та нав'язані думки можуть впливати на підходи до лікування чи профілактики захворювань.

Підлітковий вік є одним з найважливіших періодів у житті людини, коли відбувається перехід від дитинства до зрілості. Це також один з найскладніших періодів з психологічного погляду через різноманітні впливи, які були описані в статті.

Загалом, можна зробити висновок, що на здоров'я підлітка значний вплив мають соціальні мережі, які можуть мати як позитивний, так і негативний вплив, а також медіа, залежно від контенту. Важливу роль відіграє сім'я через взаємини в ній та підтримку у соціумі, з однолітками та в шкільних проблемах. Тому важливо пам'ятати, що кожен з нас переживав цей складний віковий період, і підтримка та розуміння потреб підлітка допоможуть зберегти його здоров'я та сприяти розвитку для майбутнього суспільства.

Література

1. Adolescent health. WHO. URL: https://www.who.int/health-topics/adolescent-health/#tab=tab_1
2. García J. L., Heckman J. J. Early childhood education and life-cycle health. *Health Economics*. 2021. Т. 30. С. 119-141.
3. Heckman J. J. Invest in early childhood development: Reduce deficits, strengthen the economy. *The Heckman Equation*. 2012. Т. 7. №. 1-2.
4. McPherson, Kerri E., et al. The association between social capital and mental health and behavioural problems in children and adolescents: an integrative systematic review. *BMC psychology*. 2. 2014. P. 1-16.
5. Mental health of adolescents. WHO. URL: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>.
6. Бех І. Д. Особистість у просторі духовного розвитку : навч. посіб. К. : Академвидав, 2012. С. 103-112.
7. Вплив сім'ї на дитину. URL: https://ru.osvita.ua/vnz/reports/psychology/28168/#google_vignette
8. Лещук Н. О. Статеве виховання і репродуктивне здоров'я підлітків та молоді; Навч. посіб. К., 2014. 136 с.
9. Національна соціальна сервісна служба України. URL: <https://nssu.gov.ua/news/pidtrymka-mentalnoho-zdorovia-pidlitkiv>
10. Нечерда В. Б., Кириченко В. І. Підлітки уразливих категорій: типологія і особливості виховання в умовах закладів загальної середньої освіти. Методичний посібник. Кропивницький, 2019.
11. Основи здоров'я. Курс підготовки вчителів URL: <http://multycourse.com.ua/ua/page/15/50>
12. Постійне представництво України при ООН. URL: <https://geneva.mfa.gov.ua/posolstvo/2612-who>.
13. Шевчук Л., Федоришина Л., Шевчук, І. Збереження психічного здоров'я населення в умовах воєн і військових конфліктів: соціально-економічні аспекти. *Академічні візії*. 2022. 8-9. 58–69. ГКДЖ <https://www.academy-vision.org/index.php/av/article/view/58>
14. Шушпанов, Д. Г. Детермінанти здоров'я населення крізь призму теорії життєвого курсу. *Український журнал прикладної економіки*. 2016. Том 1. № 4. С. 166-176.
15. Як соціальні мережі впливають на психіку дітей. URL: <https://mozok.ua/anxietydisorder/article/3795-yak-sotcaln-merezh-vplivayut-na-psihku-dtej-ta-pdlitkv>

References

1. World Health Organization. Adolescent health. URL: https://www.who.int/health-topics/adolescent-health/#tab=tab_1
2. García J. L., Heckman J. J. (2021) Early childhood education and life-cycle health. *Health Economics*. Vol. 30, pp. 119-141.
3. Heckman J. J. (2012) Invest in early childhood development: Reduce deficits, strengthen the economy. *The Heckman Equation*. Vol. 7, No. 1-2.
4. McPherson, Kerri E., et al. (2014) The association between social capital and mental health and behavioural problems in children and adolescents: an integrative systematic review. *BMC psychology*. Vol. 2, pp. 1-16.
5. World Health Organization. Mental health of adolescents. URL: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>.
6. Beh I. D. (2012) Osobistist u prostori dukhovnogo rozvytku : navch. posib. [Personality in the space of spiritual development: textbook]. K. : Akademvidav, pp. 103-112. [in Ukrainian]
7. Vplyv sim'yi na dytynu. [Impact of family on child]. URL: https://ru.osvita.ua/vnz/reports/psychology/28168/#google_vignette
8. Leshchuk N. O. (2014) Stateve vykhovannia i reproduktyvne zdorov'ia pidlitkiv ta molodi; Navch. posib. Sex education and reproductive health of adolescents and youth: textbook]. K., 136 p. [in Ukrainian] [
9. Natsionalna sotsialna servisna sluzhba Ukrainy. [National Social Service of Ukraine: Support for mental health of adolescents]. URL: <https://nssu.gov.ua/news/pidtrymka-mentalnoho-zdorovia-pidlitkiv>
10. Necherda V. B., Kirichenko V. I. (2019) Pidlitki urazlivykh katehori: typolohiia i osoblyvosti vykhovannia v umovakh zakladiv zahalnoi serednoi osvity. [Adolescents of vulnerable categories: typology and features of upbringing in general secondary education institutions: methodological guide]. *Metodychnyi posibnyk. Kropyvnytskyi*. [in Ukrainian]
11. Osnohy zdorov'ia. Kurs pidhotovky vchyteliv. [Basics of health. Teacher training course]. URL: <http://multycourse.com.ua/ua/page/15/50>
12. Postiine predstavnytstvo Ukrainy pry OON. [Permanent Mission of Ukraine to the UN]. URL: <https://geneva.mfa.gov.ua/posolstvo/2612-who>
13. Shevchuk L., Fedoryshyna L., Shevchuk, I. (2022) Zberezhennia psykhičnoho zdorovia naseleння v umovakh voiin i viiskovykh konfliktiv: sotsialno-ekonomichni aspekty. [Preservation of mental health of the population in conditions of wars and military conflicts: socio-economic aspects]. *Akademichni vizii*. 8-9, pp. 58–69. [in Ukrainian]
14. Shushpanov, D. H. (2016) Determinanty zdorov'ia naseleння kriz pryzmu teorii zhyttievoho kursu. [Determinants of population health through the prism of the life course theory]. *Ukrainskyi zhurnal prykladnoi ekonomiky*. Tom 1, No. 4, pp. 166-176. [in Ukrainian]
15. Iak sotsialni merezhi vplyvaiut na psykhyku ditei. [How social networks affect children's mental health]. URL: <https://mozok.ua/anxietydisorder/article/3795-yak-sotcaln-merezh-vplyvayut-na-psihku-dtej-ta-pdltkv>