**ВЛИЯНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ НА МОЛОДЕЖЬ**

***Арина Юрьевна Сенчук***

*студентка инженерно-экономического факультета «Белорусского государственного университета информатики и радиоэлектроники» (БГУИР), г. Минск, Республика Беларусь*

***Анна Андреевна Шандроха***

*студентка инженерно-экономического факультета «Белорусского государственного университета информатики и радиоэлектроники» (БГУИР), г. Минск, Республика Беларусь*

*E-mail: a.shandroha1@gmail.com*

**INFLUENCE OF SOCIAL NETWORKS ON THE WORLDWIDE OF YOUTH**

***Arina Yuryevna Senchuk***

*student of the Faculty of Engineering and Economics* *Belarusian State University of Informatics and Radioelectronics (BSUIR) Minsk, the Republic of Belarus*

***Anna Andreevna Shandroha***

*student of the Faculty of Engineering and Economics* *Belarusian State University of Informatics and Radioelectronics (BSUIR) Minsk, the Republic of Belarus*

*E-mail: a.shandroha1@gmail.com*

**АННОТАЦИЯ**

В настоящее время социальные сети играют большую роль в жизни людей. Ежедневно миллионы людей общаются, договариваются о встречах, ищут информацию именно в социальных сетях, пренебрегая прогулками на улице, походами в общественные развлекательные места и визитами в гости к друзьям, заменив все это на виртуальную «жизнь» внутри социальных сетей.

**ABSTRACT**

Currently, social networks play a big role in people's lives. Every day, millions of people communicate, arrange meetings, seek information on social networks, neglecting walks on the streets, going to public entertainment places and visiting friends, replacing all this with virtual “life” inside social networks.

**Ключевые слова:** социальные сети, зависимость, студенты, Интернет.

**Key words:** social networks, addiction, students, the Internet.

**ВВЕДЕНИЕ**

В современном мире «Интернет», как всеобъемлющая информационная система, образующая виртуальное пространство, рождает особую реальность, Интернет культуру со своими понятиями, ценностями, образом мыслей и языком. Важнейшим элементом этой культуры является общение в социальных сетях.

 Социальные сети в первую очередь создавались для того чтобы помочь преодолеть границы в общении, найти старых знакомых, бывших одноклассников и однокурсников, но со временем все изменилось. На современном этапе развития общества, общение в социальных сетях вышло на мировой уровень.

**Цель исследования:** выявление влияния социальных сетей на студентов.

**Объект исследования:** влияние социальных сетей на студентов.

**Предмет исследования:** студенты 3 курсов.

**Гипотеза исследования:**среди современных студентов будет выявлен высокий уровень Интернет-зависимых и высокий уровень общительности.

**Практическая значимость работы**: составление практических рекомендаций по профилактике Интернет-зависимости студента.

**Научная новизна работы:** изучение отношения к социальным сетям студентов нашего университета.

1. **ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ЗАВИСИМОСТЬ ОТ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ**

Свободная энциклопедия Википедия определяет Интернет-зависимость как психическое расстройство, навязчивое желание подключиться к Интернету и болезненная неспособность вовремя отключиться от Интернета.

Мотивы злоупотребления молодежью Интернет-пространством различны. На основе исследований Малыгина В.Л. и Антоненко А.А. можно выделить следующие: бегство в виртуальную реальность, в связи с трудностями социализации и необходимостью снятия напряжения; мотив гиперактивации, обусловленный повышенной истощаемостью ЦНС (зависимость от компьютерных игр); мотив, направленный на попытку социализации (попробовать себя через общение в чатах, соц. сетях).

Как считают психологи, молодежь более подвержена развитию зависимости от Интернета и социальных сетей, чем старшее поколение. К сетям питают большее пристрастие менее уверенные в себе и более тревожные пользователи, поскольку им проще общаться в сети, чем с глазу на глаз. Люди, которые чувствуют себя неуверенно в реальной жизни (социофобия - страх осуждения со стороны окружающих людей), проводят большую часть своей жизни online, в социальных сетях.

Британские ученые считают, что чрезмерное увлечение социальными сетями мешает людям социально адаптироваться и наносит непоправимый ущерб их психическому и физическому здоровью. Специалисты опасаются за то, что повышенный интерес к Интернету и социальным сетям в конечном итоге может привести к потере коммуникативных и поведенческих навыков у студентов.

**2. МЕТОДЫ ВЫЯВЛЕНИЯ ИНТЕРНЕТ ЗАВИСИМОСТИ**

Нами был проведен опрос среди собранной группы студентов с целью выявления значимости в их жизни Интернета. В ходе исследования я использовала такие методики как: Анкета на выявление уровня Интернет-зависимости и методика «Оценка уровня общительности» (тест В.Ф. Ряховского представлен в Приложении А). В исследовании приняли участие 30 студентов в возрасте от 19 до 20 лет.

Нет людей, которые бы не знали, что такое социальные сети в нашем университете. Среди учащихся 3 курса характерен начальный уровень зависимости от сети Интернет. Этот результат присущ 45% группы. 34% испытуемых являются зависимыми от сети Интернет. 17% испытуемых исследуемой группы являются средними пользователями сети. 3% проводит там минимальное количество времени и интернет не вызывает никаких проблем в их жизни.

По результатам диагностики по методике «Оценка уровня общительности» (тест Ряховского) можно утверждать следующее: для 58% исследуемой группы характерна общительность, порой, быть может, даже сверх меры, любопытство, разговорчивость, они любят высказываться по разным вопросам, что, бывает, вызывает раздражение окружающих. 24% испытуемых группы характерна позиция «рубаха-парень». Общительность бьёт из них ключом. 18% испытуемых относятся к людям с нормальной коммуникабельностью*.* Испытуемых с низкой коммуникабельностью в исследовательской группе выявлено не было. Таким образом мы видим, что в нашем университете соц. сети положительно влияют на общение студентов между собой.

**3. МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ ЗАВИСИМОСТИ ОТ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ**

Общение в социальных сетях стало оказывать влияние не только на время препровождения молодежи, но и на их процесс социализации, и их психику. Сайты соц. сетей заменили практически привычные нам институты социализации – семью, школу и даже друзей.

Кроме этого, факт того, что молодые люди только вставшие на путь становления личности проводят время в виртуальном мире, позволяет предположить, что в дальнейшем многие из них могут не получить нужных навыков общения. У них могут развиться фобии общения с реальными людьми, в будущем это может превратиться в один из видов патологической зависимости. Сейчас уже даже существует определение этому явлению – киберзависимость. Молодые люди начинают терять связь с реальным миром, с головой окунаясь в мир виртуальный, не понимая, что, уходя от социальных проблем в киберпространство. Абсолютно все возрастные категории, убивающие время в киберпространстве, поддаются влиянию интернет-культуры. У них упрощается язык, уменьшается словарный запас, лексический запас пополняется словами паразитами, допускаются грамматические ошибки, к которым привыкают и не могут отказаться от них в живой речи.

Под влиянием социальных сетей, студенты забывают о саморазвитии, они сидят, дома позабыв и о своём здоровье и об учебе и даже о том, что они, по сути, часть общества, которую оно со временем теряет.

Не смотря на огромное количество недостатков, люди, которые умеренно пользуются социальными сетями, могут обнаружить, что у социальных сетей есть определенные плюсы. Стало проще найти себе круг общения по интересам, реализовать себя и повысить самооценку. Также к положительным чертам социальных сетей можно отнести чтение постов интересных, известных личностей, их комментирование, освещение вопросов и тем, которые не затрагивают или замалчивают традиционные СМИ. Молодые люди начинают интересоваться тем, что ранее считали скучным и ненужным, а все это благодаря тому, что в социальных сетях есть группы научной направленности: физика, химия, психология, литература, искусство и т.д. Как ни странно студентам соц. сети помогают устроиться на работу, так как работодатели уже используют их для отбора потенциальных работников.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Подводя итог проделанному исследованию, хотелось бы отметить главное: нельзя совершенно точно сказать, что социальные сети плохо влияют на молодое поколение, но и однозначно положительным его назвать нельзя. Ясно одно – игнорировать воздействие социальных сетей на современную молодежь невозможно. Как явление - соц. сети вошли в нашу жизнь только «вчера», но уже стали ее неотъемлемой частью. А это означает, что и сама жизнь современного человека будет претерпевать значительные изменения.

Как показали результаты исследований студенты по ряду причин составляют основную массу посетителей сети, и именно среди этой группы населения больше всего велик риск Интернет-зависимости. Постоянная потребность в информации, высокая познавательная мотивация, высокая социальная активность и недостаток времени студентов формируют из них основную массу пользователей Интернета. Частое обращение к услугам сети, лёгкость в пользовании её возможностями, простота и необременительность общения через Интернет, полнота и доступность хранящейся в нём информации, большой каталог развлечений и возможностей становятся основными причинами Интернет-зависимости студентов.

В качестве практических рекомендаций можно посоветовать следующие: вести здоровый образ жизни, заниматься спортом; ограничить время пребывания в сети; искать альтернативные способы времяпрепровождения. В случае невозможности вовремя отказаться пользования интернетом обращаться за помощью к специалистам – психологам (выявлять пограничные психические расстройства, проводить наблюдение и коррекцию; проводить реабилитацию, в т.ч. психологическую, направленную на адаптацию и социализацию личности).

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

**Электронный ресурс**

* Бурова В. А. Социально-психологические аспекты Интернет-зависимости. http://user.lvs.ru/vita/doclad.htm

**Статья из журналов или сборников**

* Губанов Д.А., Новиков Д.А., Чхартишвили А.Т. Социальные сети: модели информационного влияния, управления и противоборства / Под ред. гл.- корр. РАН Д.А. Новикова. М.: Изд-во физико-математической литературы, 2010. — 228 с.
* Диков  А.В.  Интернет  и  Веб  2.0 .  Учебное  пособие  /  2-е  изд.  М.:  Директ-Медиа,  2012.
* Малыгин В.Л., Хомерики Н.С., Антоненко А.А. Индивидуально психологические свойства подростков как факторы риска формирования Интернет-зависимого поведения // Медицинская психология в России. – 2015. – № 7(30).
* Психологические тесты для профессионалов/ авт. сост Н.Ф. Гребень. – Минск: Соврем. шк., 2007. – 496с.