

Белобородова Виолетта

Монахова Татьяна

Мальсагова Амина



ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА

ИНСТАГРАМНАЯ ЖИЗНЬ ЗУМЕРОВ

Ермакова Анжелика

Орлов Валентин

Рыбакова Кира

Проблематика и актуальность

В 2020 году тяжело представить жизнь современного человека без социальных сетей, которые стали **повседневной необходимостью**.

По данным Mediascope **Instagram** занимает **2 место по популярности среди аудитории в возрасте 18-24 лет**. Это говорит об актуальности выбранной темы, ведь зумеры являются активными пользователями этой социальной сети, соответственно она определенным образом влияет на них и их поведение.

Гипотеза и цель

**Instagram оказывает негативное влияние
на жизнь молодёжи, вызывая
эмоциональную зависимость и изменяя
поведенческие и мыслительные паттерны.**



**Понять, как и в какой степени
приложение влияет на молодёжь.**

327 опрошенных

**Активные
пользователи
сети Интернет**

**Проводят в
соц. сетях все
свободное
время**



**Подписаны на
аккаунты с
разной
тематикой**

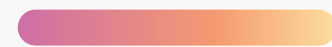
**Студенты и
учащиеся
колледжей**



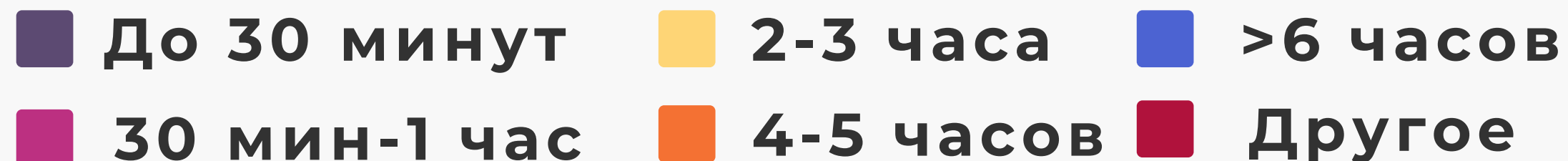
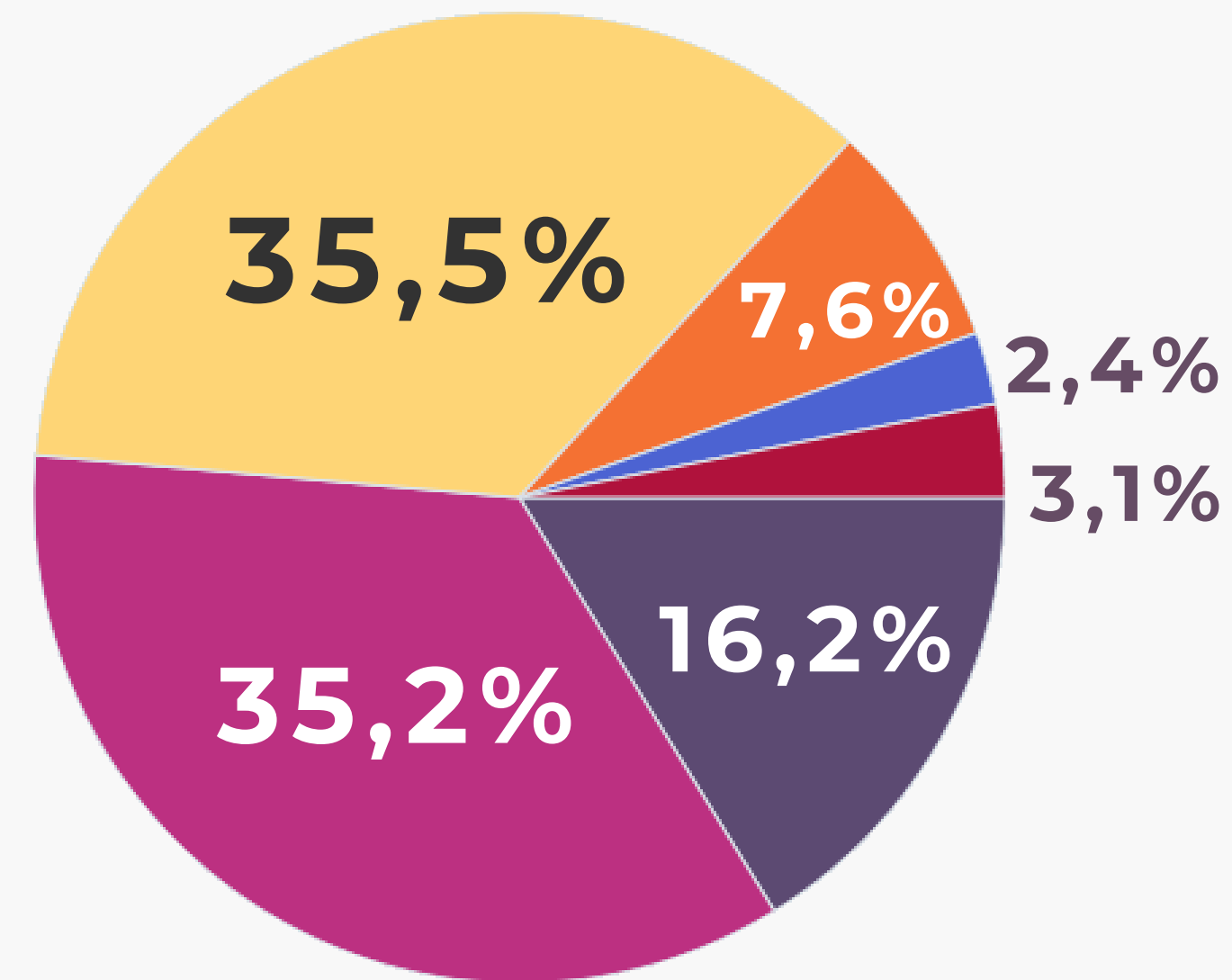
от 17 до 24 лет

Время, проводимое в Instagram ежедневно

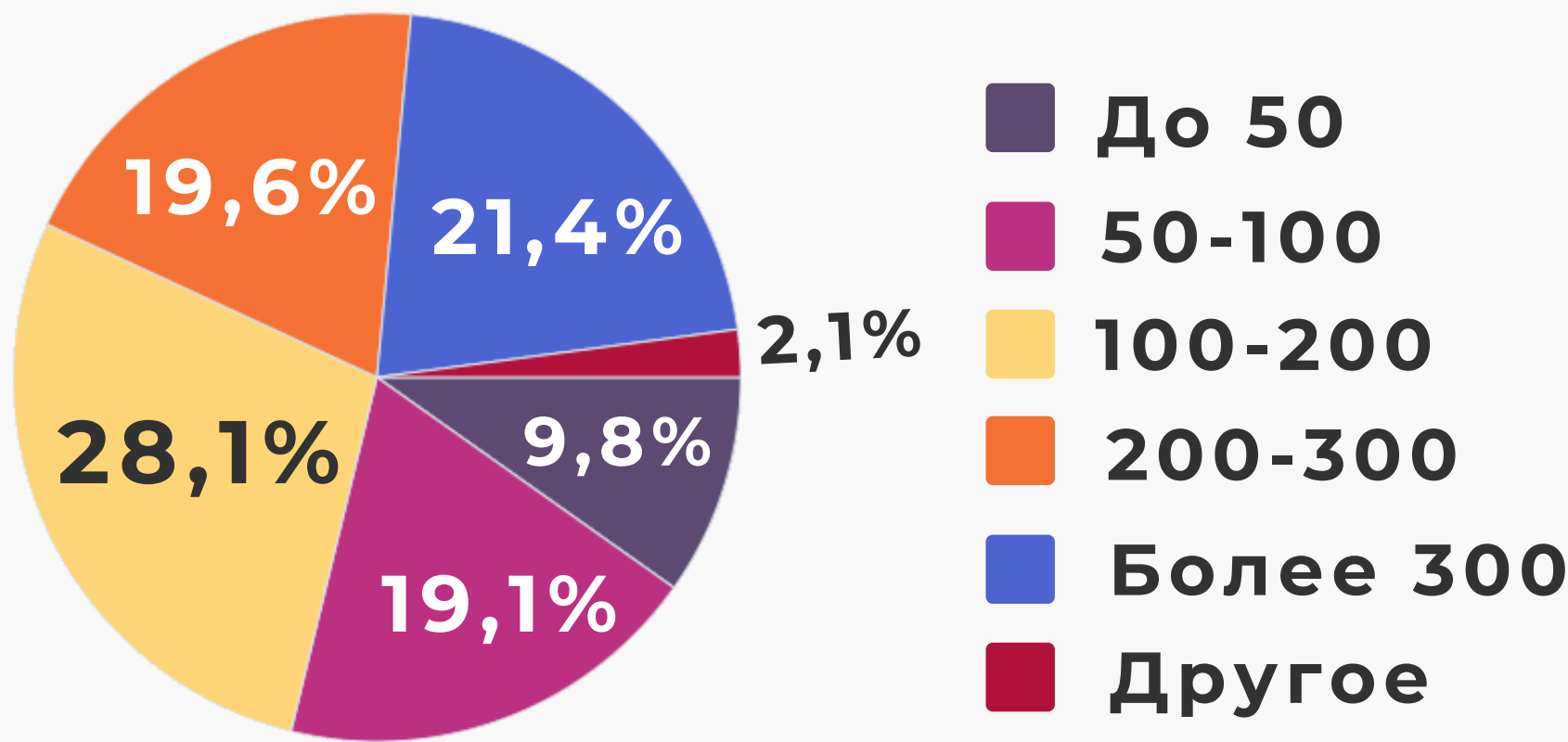
Результаты показали, что абсолютное большинство (70%) опрошенных проводит в Instagram как минимум 30 минут, что свидетельствует о потребности зайти в приложение хотя бы раз за день, даже совсем не надолго.



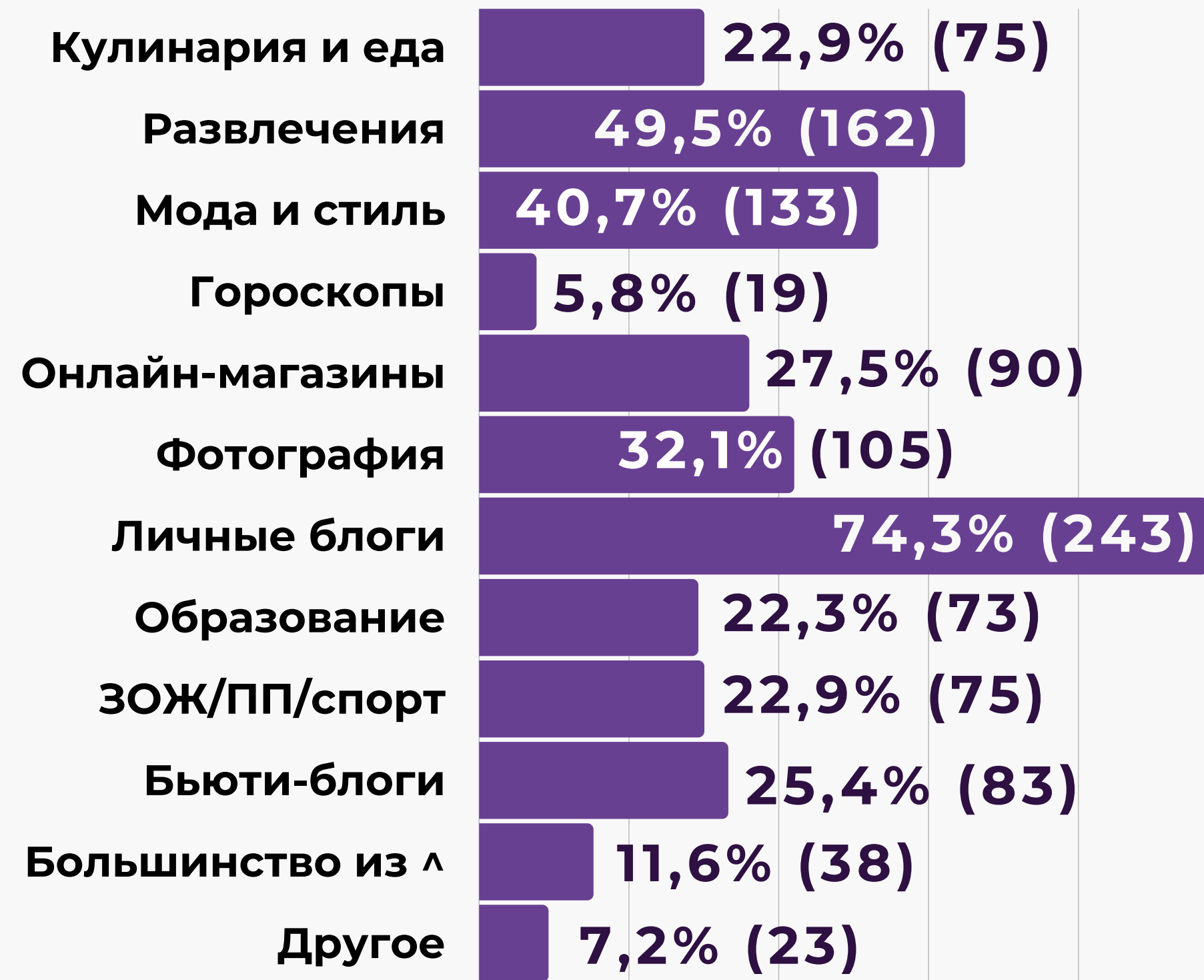
Чуть больше трети зумеров тратят 2-3 часа на Инстаграм (а ведь есть и другие социальные сети и приложения, которыми они пользуются). Это говорит о том, что сейчас молодёжь **проводит значительную часть своего дня в виртуальном мире.**



Количество подписок и их тематика



Большинство зумеров подписано **как минимум на 100 аккаунтов**. Чтобы подписаться на такое количество, нужно часто и активно пользоваться Инстаграмом.

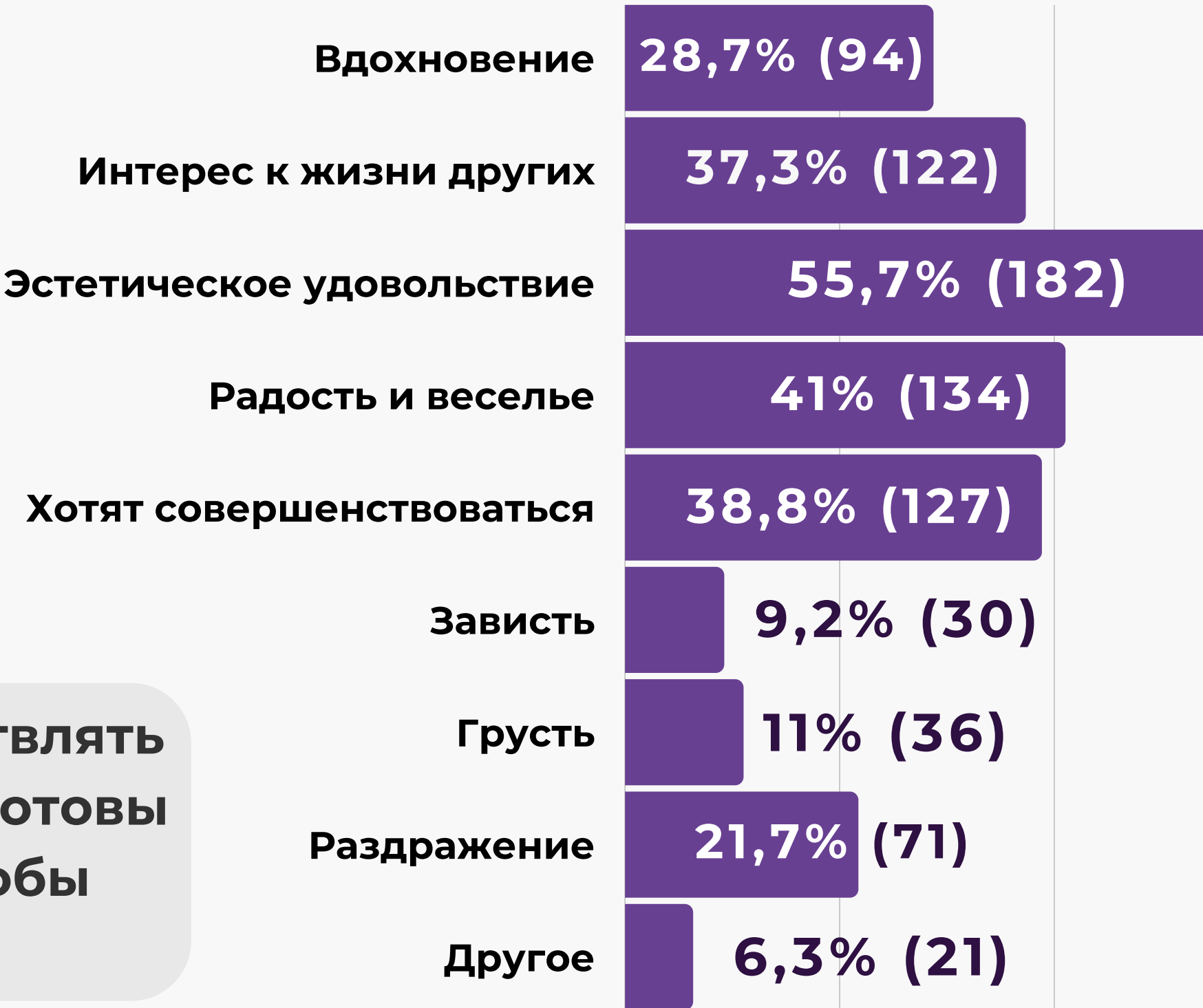


При этом наибольшей популярностью пользуются **личные блоги**. К ним относятся не только аккаунты друзей, но и блогеров, знаменитостей, что свидетельствует **об интересе опрошенных к жизни даже не близких людей**.

Ощущаете ли вы потребность в просмотре публикаций/сторис других аккаунтов? Какие эмоции испытываете при просмотре?

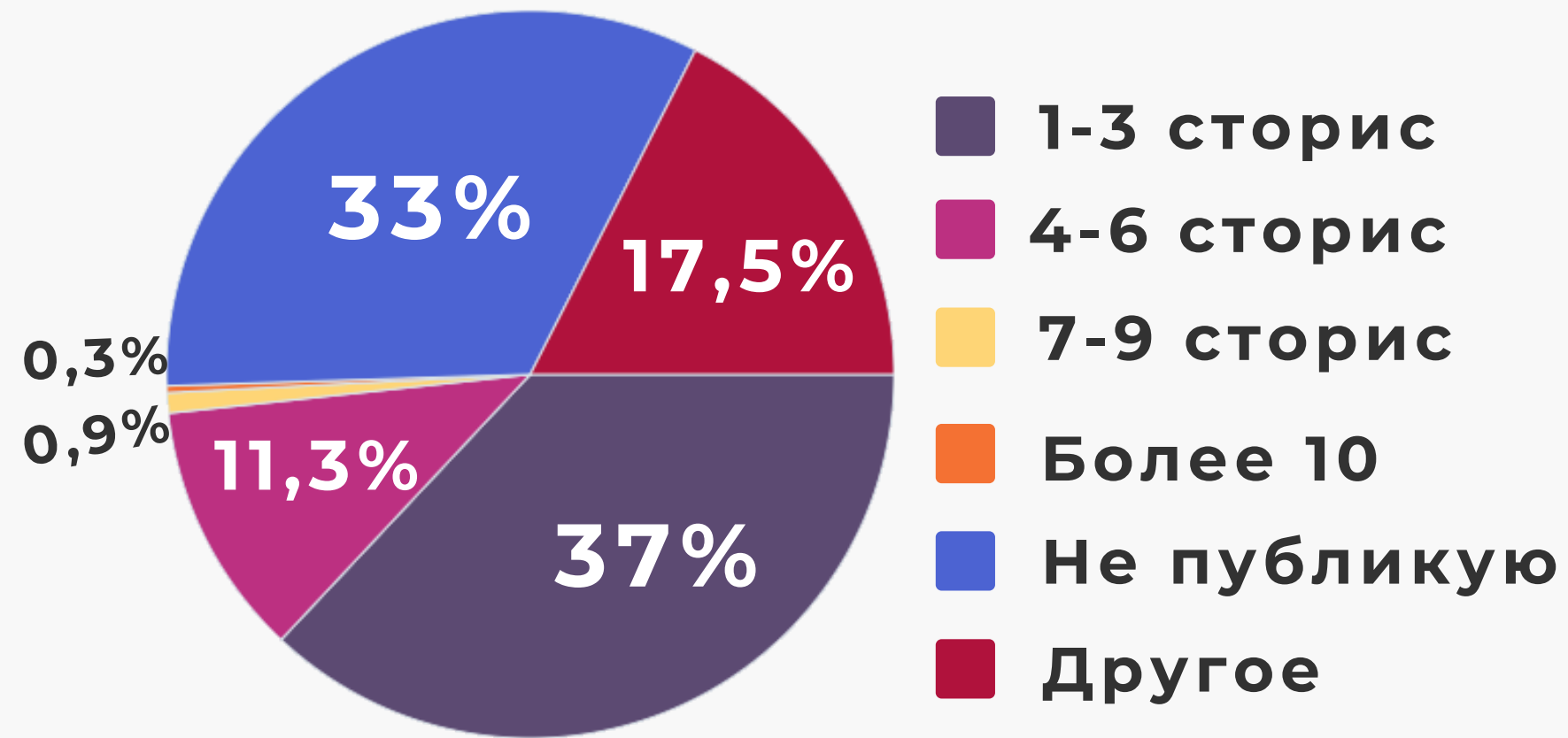


Молодёжь осознает, что уже привыкла осуществлять "слежку" за другими людьми. Многие зумеры готовы "выключиться" из своей реальной жизни, чтобы понаблюдать за чужой.



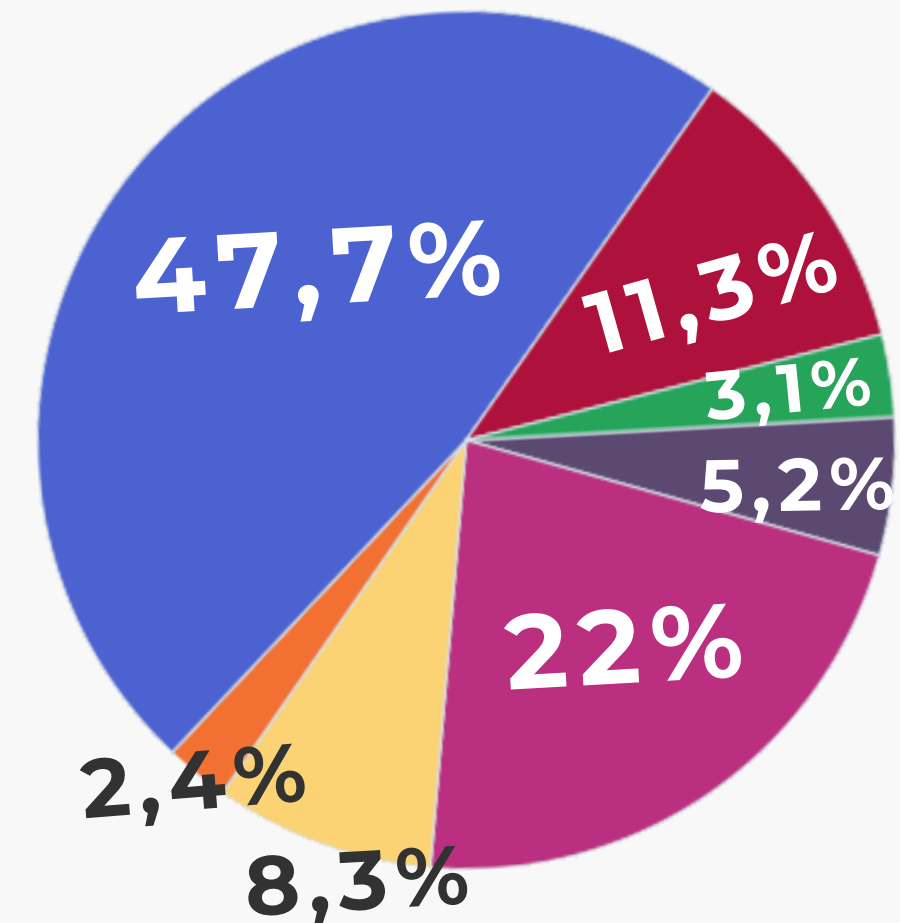
Многие при этом испытывают **вдохновение, эстетическое наслаждение** и т.д. Но **41,9%** зумеров отмечают, что просмотр других аккаунтов вызывает у них **негативные эмоции**. Получается, что они готовы испытать всё это, лишь бы увидеть, чем сегодня завтракает и как проводит свободное время чужой человек.

Количество сторис и цель публикации



49,5% зумеров выкладывают сторис **ежедневно**. Это значит, что для почти половины опрошенных **Инстаграм стал своего рода видеодневником** для публикации фрагментов своей жизни.

- Стать популярным
- Рассказать о своей жизни близким
- Распространять свое творчество
- Получить общественное одобрение
- Не задумываюсь над целью, просто нравится
- Ничего не публикую
- Другое

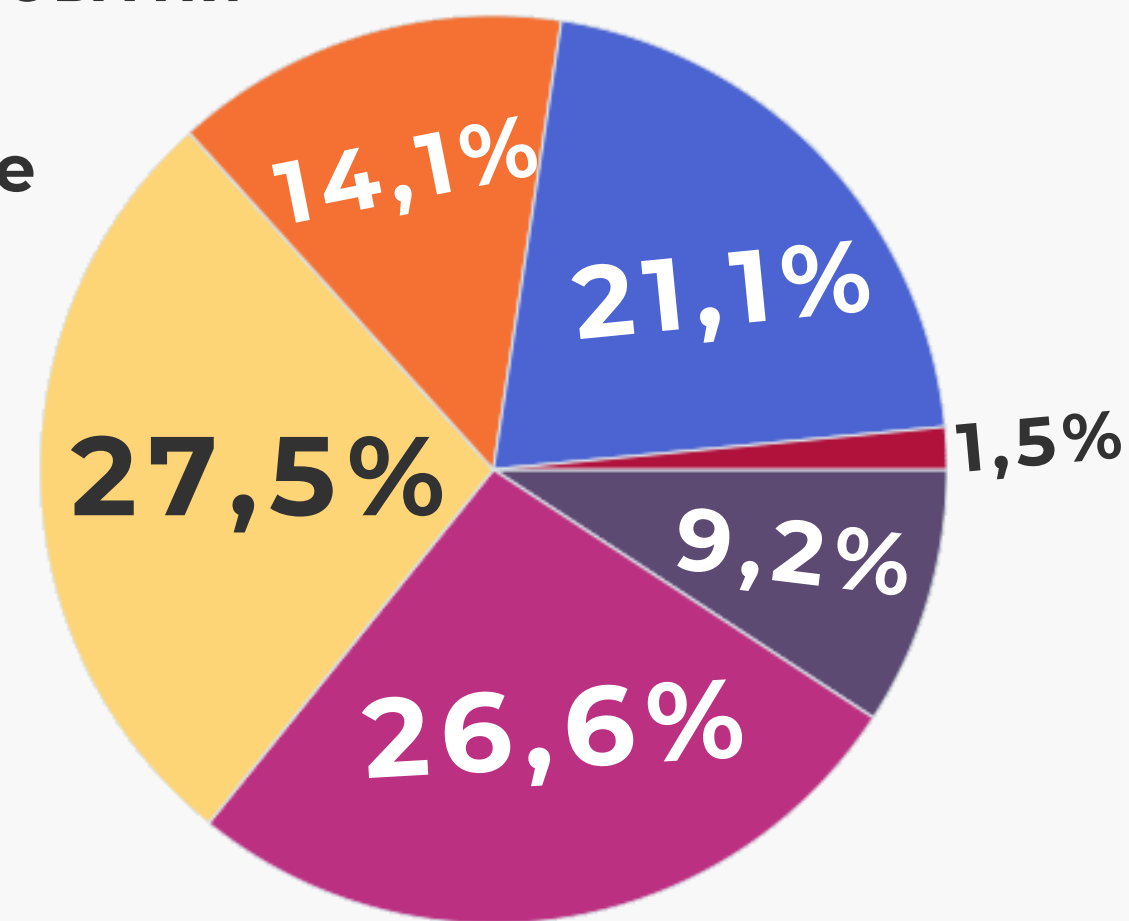


А вот **над целью** публикации сторис/постов почти половина зумеров **не задумывается, то есть делает это на автомате**. При этом для многих Инстаграм является площадкой для самовыражения и поддержания связи с близкими, что несомненно **приносит молодёжи положительные эмоции**.

На мероприятии задумываетесь о том, чтобы что-то выложить?

Достаточно большой процент зумеров (14,1%) не делает фото, а просто **наслаждается моментом**. Это говорит о том, что для них важна не общественная оценка, а получение удовольствия и эмоций, которые запомнятся надолго.

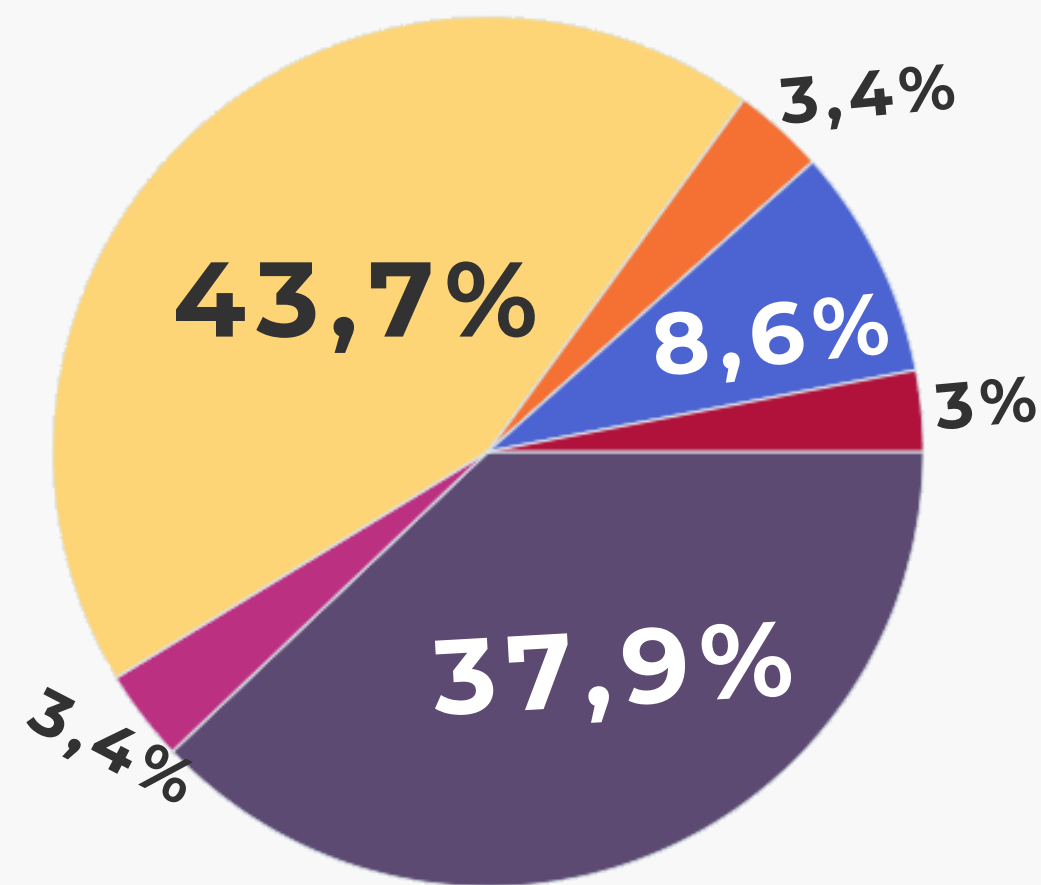
- Да, могу пропустить фрагмент события из-за оформления сторис
- Да, постоянно возникает желание выложить что-то сразу или на следующий день
- Бывает, если мероприятие будет интересно подписчикам
- Не делаю фото/видео, стараюсь насладиться моментом
- Делаю фото/видео на память, но никуда не выкладываю
- Другое



27,5% (90) зумеров опубликуют, если это будет интересно подписчикам. Это значит, что они **не бездумно выкладывают фото**, а задумываются о полезности контента. **26,6% (87)** почти всегда хотят выложить что-то **сразу** или на следующий день. Для них рассказать о том, что они посетили какое-то событие, очень важно. 1/10 зумеров это важно настолько, что они готовы пропустить фрагмент мероприятия, даже если это концерт любимой группы. **Лишь бы окружение об этом поскорее узнало.**

Фотошопите/редактируете фото?

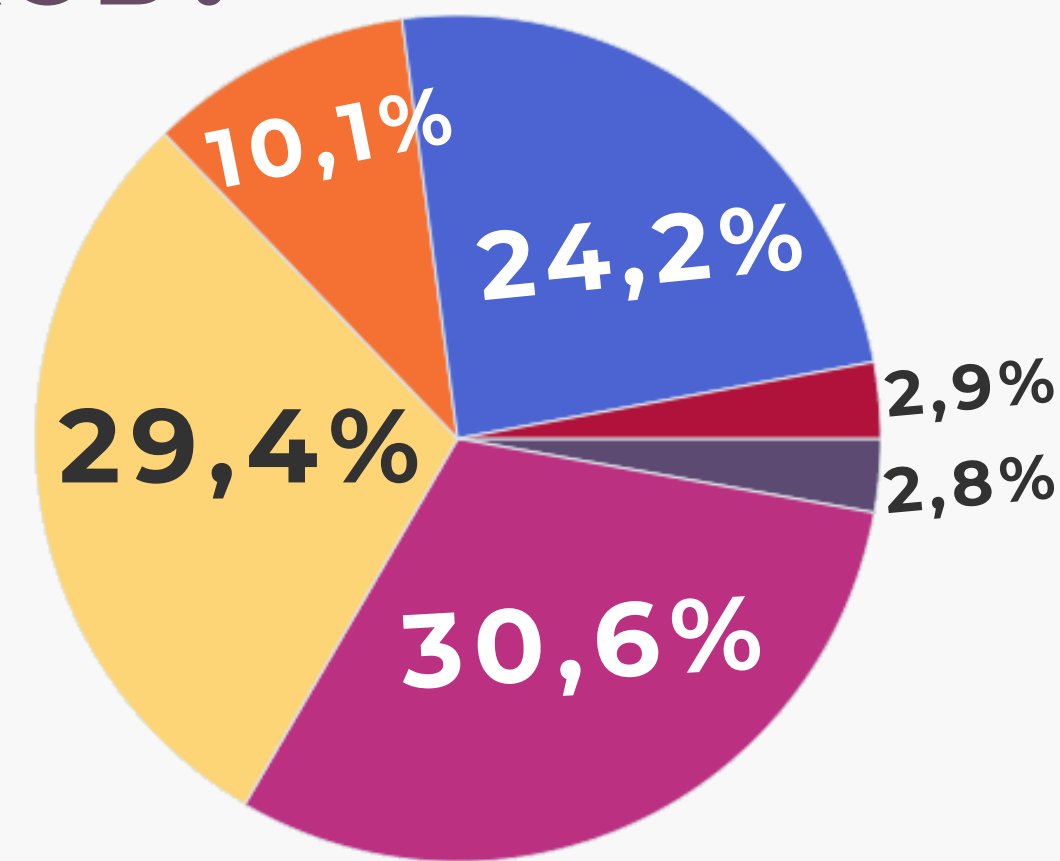
Волнует количество лайков?



- Нет, главное, что нравится мне
- Удаляю фото, если лайков мало
- Будет приятно, если оценят близкие
- Предупреждаю друзей о публикации, чтобы они поставили лайк
- Ничего не выкладываю
- Другое

Почти половине опрошенных важно, чтобы их пост оценили друзья. Это говорит о потребности молодёжи в одобрении самого близкого окружения как минимум. Поэтому и 30,6% при обработке фото немного **приукрашивают свою внешность**, а абсолютное большинство редактирует само фото, заморачиваясь над его сочетаемостью с другими публикациями.

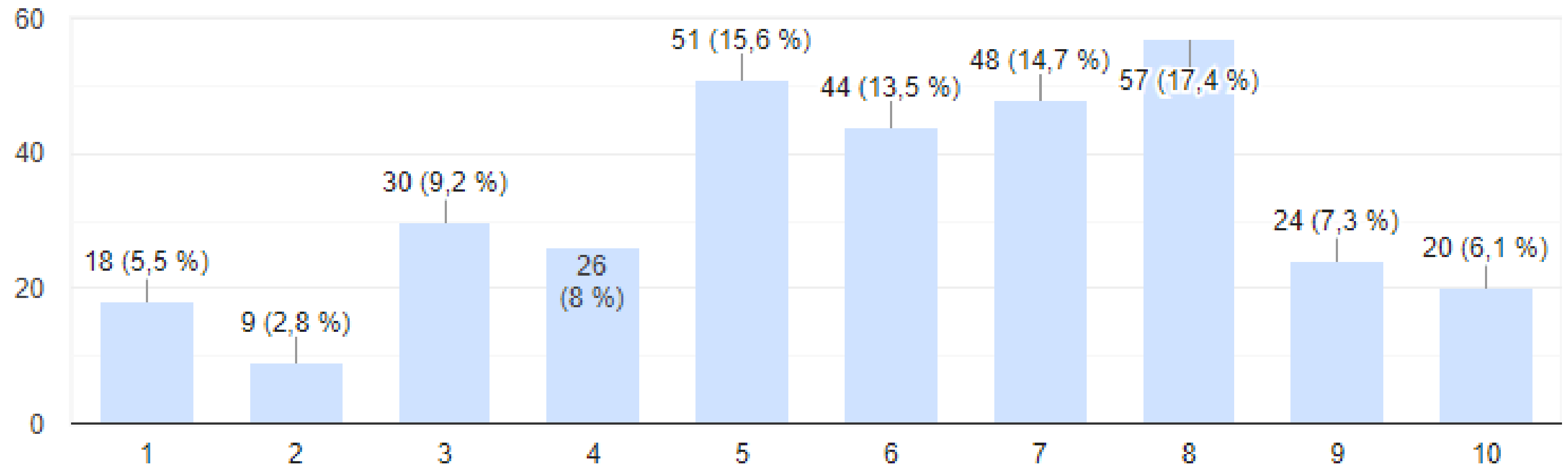
Зумеры делают это для того, чтобы фото точно **приглянулось** определенному кругу лиц.



- Да, я за "жёсткий" фотошоп
- Слегка выравниваю тон лица
- Не изменяю внешний вид, но редактирую фото в целом
- Редактирую фото так, чтобы они сочетались между собой
- Я за натуральность: не редактирую/фотошоплю
- Другое

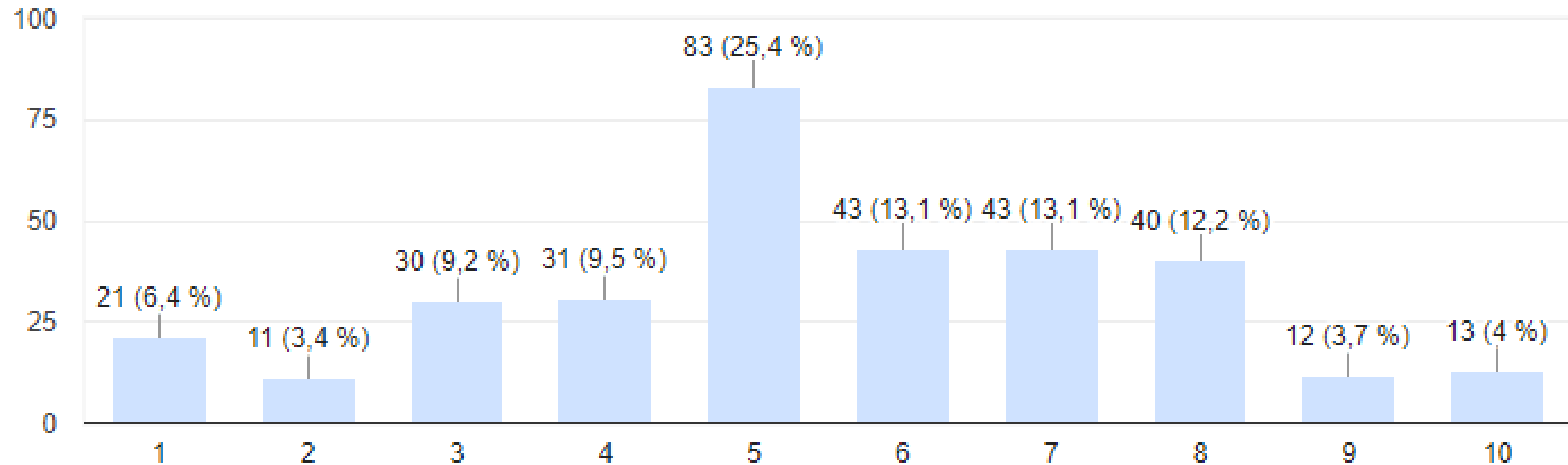
Мы попросили зумеров оценить свою потребность в регулярном использовании Инстаграм

Абсолютное большинство опрошенных (59%; 193) охарактеризовало свою потребность как **высокую (6-10 баллов)**. Это говорит о **сформировавшейся привычке** проводить определенную часть своего дня в виртуальном мире. Для зумеров это действительно важно, они чувствуют в этом **необходимость**.

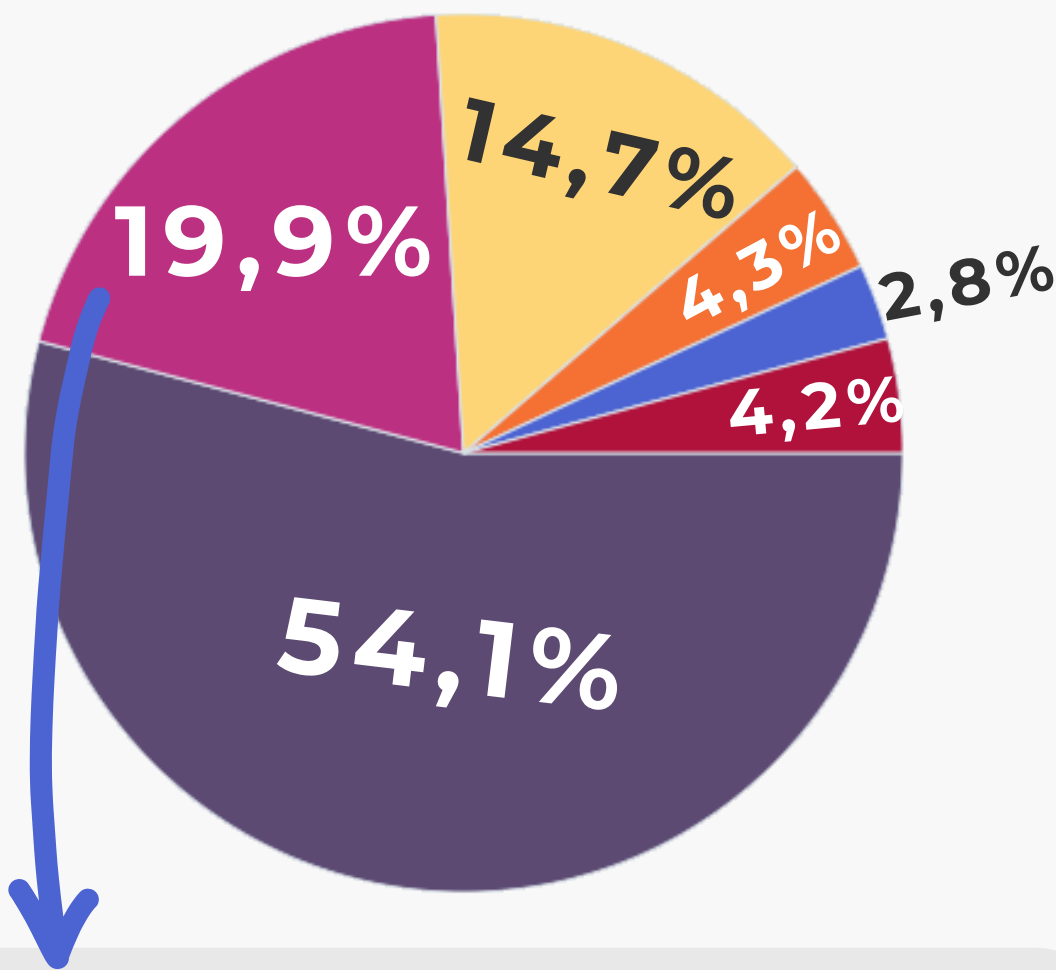


Отношение к сложившейся тенденции выставлять свою жизнь и её подробности напоказ

Практически половина респондентов (46,1%) **положительно относится к тенденции выставлять свою жизнь напоказ**. Это значит, что для зумеров Инстаграм - открытая социальная сеть, в которой можно спокойно делиться разными фрагментами из своей жизни. При этом тебя не осудят за это, а даже поддержат, о чём свидетельствует положительная статистика по данному вопросу.



Хотели бы сократить время, проводимое в Инстаграме?



А этот процент зумеров осознает необходимость сокращения, но отказаться от чего-то настолько привычного, как Инстаграм, **не может**.

- Нет, меня всё устраивает
- Иногда ловлю себя на мысли, что Инстаграм отнимает много времени, но отказаться не могу
- Да, мне не хватает времени на более важные вещи (работа/учеба)
- Да, потому что у меня начались проблемы со зрением
- Да, я начинаю завидовать другим и грустить, что моя жизнь не такая интересная
- Другое

Большинство (54,1%) всё устраивает: Инстаграм дает им возможность оставаться частью молодёжного сообщества. При этом для **21,8%** зумеров желание сократить время связано с **негативными последствиями**: проблемы со здоровьем, испытываемые чувства зависти и грусти, невозможность полноценно жить в реальном мире.

То есть не для всех Инстаграм - это позитивные эмоции и сплошные плюсы.

(открытый вопрос)

А что побудило бы отказаться или сократить использование?

Основными мотивирующими факторами зумеры называли **насыщенную личную жизнь, большую занятость по работе/учёбе, интересные хобби**. Эти вещи важны для молодёжи, и ради них они готовы сократить использование.

Многие **полностью отрицали возможность отказа от Инстаграма**, что неудивительно: социальные сети плотно вошли в нашу жизнь. Не так-то просто отказаться от того, чем все активно пользуются.



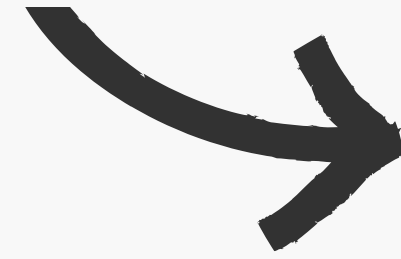
**Желание выставлять свою жизнь в Инстаграм
— новая реальность, с которой нужно
смириться, или это необходимо менять?**

1 лагерь



**Это новая реальность,
с которой необходимо
смириться.**

**При этом что
выкладывать и как
часто пользоваться
приложением **каждый**
должен решать сам.**



2 лагерь

**С этим нельзя мириться:
это негативно влияет на
людей, взращивает в одних
зависть, а в других желание
делать всё напоказ.**

**Люди перестают жить в
реальности, мыслями
находясь в виртуальном
мире.**

У большинства опрошенных выработалась привычка пользоваться Instagram. Они не всегда могут определить цель своих действий в соц. сети, при этом многие сами признаются, что многое делают в силу привычки. Однако приложение не оказывает одинакового негативного эффекта на всех зумеров: многие отметили, что Instagram доставляет им радость и удовольствие, мотивирует и вдохновляет их.

Гипотеза была подтверждена лишь частично

Instagram стал неотъемлемой частью новой реальности, исключить которую невозможно.

Рекомендации



Использование приложений-таймеров и приложений, блокирующих экран телефона (Focus To-Do, Forest, Cold Turkey)



Медицинская мотивация (если я минимизирую время, проводимое в Инстаграме, у меня перестанет быстро портиться зрение, не будут болеть спина и шея)



Цифровая гигиена (отказ от некоторых видов контента в Instagram/очистка количества подписок)

Инсайты команды "синих"

Я не думала, что так много людей выступают за **"натуральность"** и не редактируют даже само фото.

Анжелика

Оказывается, как минимум половина опрошенных не хочет сокращать время, проводимое в Инсте, отмечая, **ничто не сможет подтолкнуть их к этому.**

Кира

Почти половина респондентов испытывает негативные эмоции при использовании Инсты. **И они готовы испытывать их и дальше, лишь бы увидеть, как живет малознакомый человек.**

Амина

Инсайты команды "синих"

Больше половины опрошенных высоко оценивают свою потребность в регулярном использовании Инстаграма. Это значит, что **реальная жизнь зумеров плавно перетекает в Интернет.**

Таня

Почти половина респондентов положительно относится к выставлению своей жизни напоказ. Это значит, что для этих людей Инстаграм является **абсолютно открытой соц. сетью, в которой можно выкладывать все, что угодно.**

Виолетта

Почти половина опрошенных выкладывает сторис ежедневно. Т.е. для них Инстаграм - это **видеодневник, в котором они постоянно публикуют интересующие их или подписчиков записи.**

Валя

Для перехода к
опросу нажмите
[здесь](#)



thank
you

