

характер. Под опережающим характером подразумевается, во-первых, развитие стойких желательных установок и поведения еще до того, как подросток усвоит поведенческие стереотипы, способствующие формированию игровой компьютерной зависимости; во-вторых, профилактическая работа должна быть направлена на психологические феномены, составляющие зону ближайшего развития ребенка. Профилактическая работа должна включать несколько типов превентивных мероприятий [3, с. 80]: нейтрализующие, компенсирующие, предотвращающие обстоятельства, способствующие формированию игровой компьютерной зависимости, а также контролирующие осуществляемую деятельность и ее результаты.

**Заключение.** Таким образом, проведенное исследование выявило наличие проблемы игровой компьютерной зависимости среди подростков. Используемые в исследовании методики могут применяться педагогами-психологами и социальными педагогами с целью диагностики предрасположенности учащихся к данному виду аддикции. Разработка и реализация профилактических программ в учреждениях общего среднего образования позволит предупредить развитие игровой компьютерной зависимости у подростков.

#### **Список использованных источников:**

1. Жданович, А.А. Игровая компьютерная зависимость: стадии и причины / А.А. Жданович // От идеи к инновации: материалы XXVII междунар. студ. науч.-практ. конф., г. Мозырь, 23 апреля 2020 г. / УО МГПУ им. И. П. Шамякина ; редкол.: В.Н. Навыко (отв. ред.) [и др.]. – Мозырь: МГПУ, 2020. – С. 128-130.
2. Жданович, А.А. Социально-педагогическая профилактика игровой компьютерной зависимости у подростков / А.А. Жданович, Е.К. Погодина // Социально-психологические проблемы современного общества и человека: пути решения: сборник научных статей / Вит. гос. ун-т; сост.: Е.Н. Бусел-Кучинская, Н.Э. Шабанова; под науч. ред. Е.Л. Михайловой; отв. за вып. С.А. Моторов. – Витебск: ВГУ, 2020. – 310 с. – С. 195-198.
3. Кардашян, Р.А. Аналитический обзор компьютерной и игровой зависимости / Р.А. Кардашян, О.И. Голубинская // Наркология. – 2014. – № 12(156). – С. 80-89.
4. Коптелова, Н.И. Особенности компьютерной игровой зависимости среди подростков / Н.И. Коптелова, М.В. Данилова // Молодой ученый. – 2014. – №20. – С. 547-549.
5. Чжон, С. Энциклопедия современных аддикций [Электронный ресурс] / С. Чжон, Ч. Ким, Л. Сон // Asan Medical Center. – 2021. – Режим доступа: <https://www.amc.seoul.kr/asan/healthinfo/disease/diseaseDetail.do?contentId=31907>. – Дата доступа: 19.03.2021.

УДК 316.612

### **ВЛИЯНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ НА ОБРАЗ ЖИЗНИ СОВРЕМЕННОГО ПОДРОСТКА**

**И.И. Зайцева**

*г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова  
(e-mail: nina22903@gmail.com)*

В социологическом словаре понятие «образ жизни» трактуется как способ, формы и условия индивидуальной и коллективной жизнедеятельности человека (трудовой, бытовой, социально-политической и культурной), типичные для конкретно-исторических социально-экономических отношений [1, с. 207].

Современная молодежь проводит большую часть времени за компьютером, ноутбуком, в телефоне или планшете. Гаджеты заполнили мир и вместе с ним свободное время. В связи с этим, вопрос о влиянии социальных сетей и времени

пребывания в интернете на адаптированность школьников к жизни «офлайн» стоит особенно остро.

Согласно исследованию А.А. Максимова и Н.М. Голубевой особое внимание психологов на данный момент обращено к подросткам, так как в этом возрасте психика очень неустойчива, что может привести к «интернет зависимости» [2, с. 4].

Цель исследования заключается в том, чтобы выяснить, каким образом социальные сети влияют на проведение досуга молодежью.

**Материал и методы.** Исследование проводилось на базе ГУО «Средняя школа № 23 г. Витебска» как онлайн-анкетирование с использованием технологии Google Form. В исследовании приняли участие 35 человек из них 20 девушек и 15 парней. Возраст респондентов от 9 до 18 лет (5 человек в возрасте от 9 до 11 лет, 8 – в возрасте от 12 до 15 лет, 22 – в возрасте от 16 до 18 лет).

**Результаты и их обсуждение.** Для наиболее эффективного изучения данного вопроса мы провели исследование, в котором в большей степени приняли участие девушки, их количество составило – 57,1% от общего числа испытуемых. Большая часть респондентов достигла 16-летия – 62,9% опрошенных.

На вопрос «Как часто вы пользуетесь интернетом?» большинство респондентов ответили «постоянно», что составило – 68,6%, на 2 месте по количеству ответов оказался пункт «несколько раз в день» – 31,4%. Ответы «несколько раз в неделю» и «1 раз в день» не выбирались испытуемыми (Рисунок 1).



Рисунок 1 – Как часто респонденты пользуются интернетом.

На вопрос «Для чего вы пользуетесь интернетом?» 100% респондентов выбрали ответ «для общения с друзьями». На втором месте по количеству выбора находится ответ «для учебы», который составил – 91,4% от общего числа. Для поиска информации по интересующей теме – 74,3%, для расслабления и отдыха – 71,3%, для просмотра новостей – 60%, для онлайн-игр – 31,4%, для общения с семьей – 28,6% (Рисунок 2).

Так как на данный момент существует множество социальных сетей, мы заинтересовались, какая сеть пользуется наибольшей популярностью у школьников. На вопрос «В каких социальных сетях/приложениях вы зарегистрированы?» все 35 респондентов ответили «Вконтакте». На втором месте Instagram – 77,1%, затем идет TikTok – 62,9%. Одноклассники – 42,9%, Pinterest – 40%, Twitter и Facebook – 31,4%, Ask.fm и Reddit – 14,3%, Tumblr и Likee – 8,6%, LinkedIn – 5,7%. Один из респондентов указал в окне для ответов «Другое» Ютуб, что составило 2,9% от общего количества (Рисунок 3).

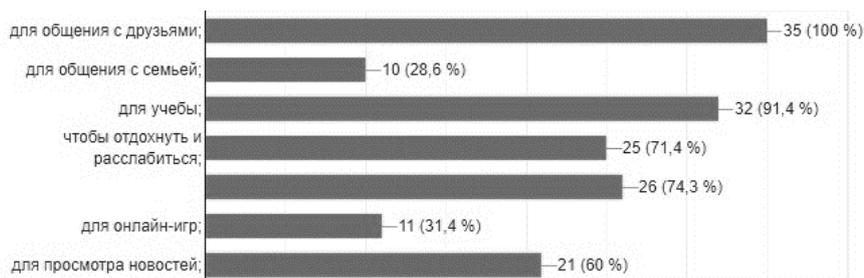


Рисунок 2 – С какой целью респонденты используют интернет.

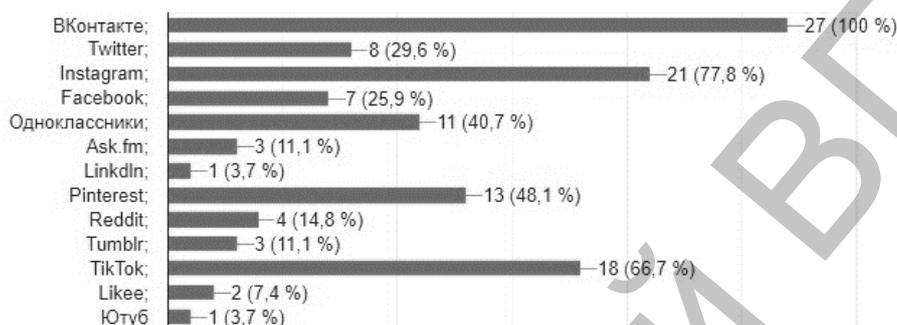


Рисунок 3 – Какими социальными сетями пользуются респонденты.

В связи с тем, что молодежь пользуется различными социальными сетями, важной частью данного исследования является и ответ на вопрос «Как много времени вы проводите в социальных сетях в день?» – 42,9% испытуемых проводит в сети от 6 до 8 часов в день, 28,6% – от 4 до 6 часов в день, 17,1% – более 8 часов в день, 8,6% – от 2 до 4 часов в день. Лишь 2,9% от общего числа испытуемых затрачивает на социальные сети менее часа в день (Рисунок 4).

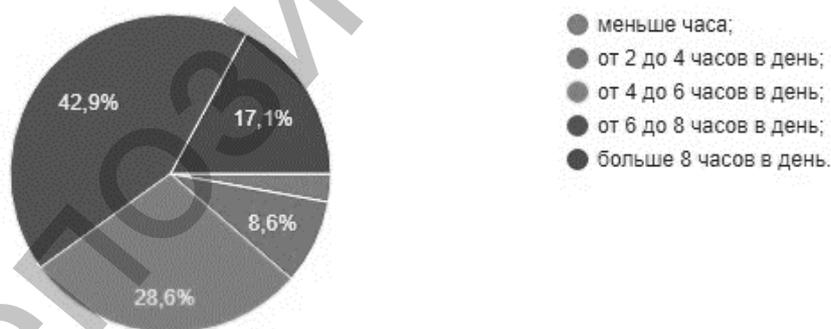


Рисунок 4 – Как много времени респонденты проводят в социальных сетях.

Помимо социальных сетей популярностью пользуются и мессенджеры для обмена сообщениями. На вопрос «Какими мессенджерами вы пользуетесь?» 85,7% ответили: «Viber». 68,6% – Telegram, 42,9% – WhatsApp, 31,4% – Discord, 25,7% – Snapchat, 17,1% – Skype и 8,6% – Facebook Messenger (Рисунок 5).

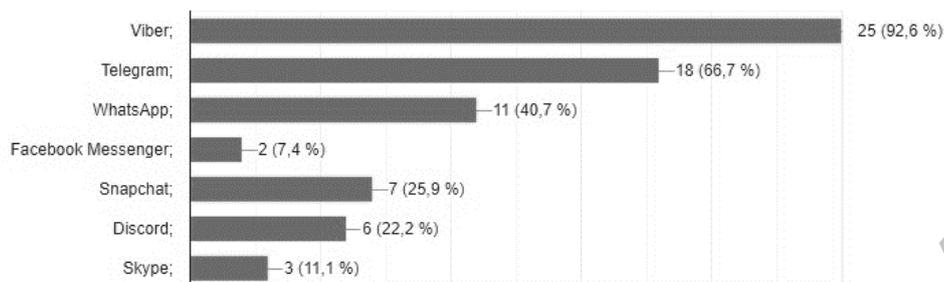


Рисунок 5 – Какими мессенджерами пользуются респонденты.

На вопрос «С какой целью вы используете мессенджеры?» респонденты дали следующие ответы: для общения с родителями – 65,7%, для общения с друзьями и получения информации из беседы класса – 62,9%, для получения информации от педагогов – 57,1%, для просмотра новостей – 31,4% (Рисунок 6).



Рисунок 6 – Для чего респонденты используют мессенджеры.

На вопрос «Пользуетесь ли вы Youtube?» – 97,1% респондентов ответили утвердительно и только – 2,9% не использует данный видеохостинг.

На вопрос «Сколько времени вы тратите на просмотр видео в день?» ответы оказались неоднозначными. Большая часть респондентов проводит около часа в день за просмотром видео – 28,6%, 1-2 часа в день занимает просмотр видео у 25,7%, от 2 до 3 и от 3 до 4 часов в день – 14,3%, 8,6% обычно не смотрят видео в интернете, до 20 минут – 5,7%, более 4 часов – 2,9% (Рисунок 7).

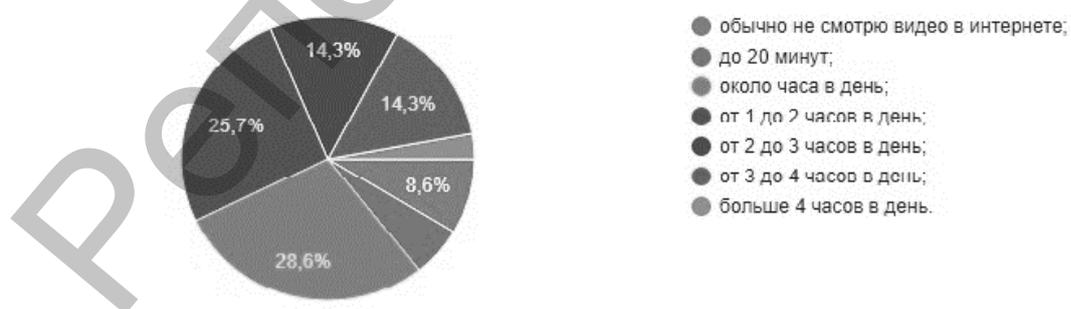


Рисунок 7 – Сколько времени респонденты отводят для просмотра видео в день.

Из 35 испытуемых 57,1% иногда откладывают важные дела на потом для того, чтобы подольше посидеть в интернете. 22,9% ответили отрицательно, а 20% согласились с тем, что они часто задерживаются в сети (рисунок 8).

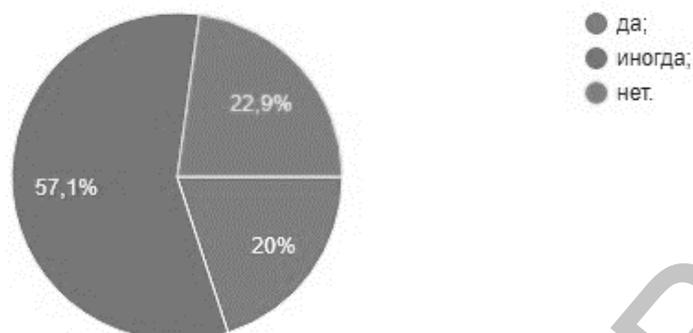


Рисунок 8 – Откладывают ли респонденты важные дела для того, чтобы задержаться в сети.

На заключительный вопрос о наличии интернет-друзей респонденты ответили так: да – 40%, нет – 34,3%, прекратили общение – 25,7%. Таким образом мы видим, что реальное общение сводится к минимуму и у подростков появляются, так называемые, «интернет-дружья». Исходя из полученных данных, общение с ними довольно часто прекращается, что может нанести вред психоэмоциональному состоянию подростка.

**Заключение.** Проведенное исследование позволяет сделать выводы о том, что подавляющее большинство обучающихся проводит большую часть времени в интернете, общаясь с друзьями или семьей, играя, просматривая видеоролики или делая домашнее задание. Их увлеченность социальными сетями может приводить к нехватке времени, ухудшению успеваемости и повышенной утомляемости. Анализ полученных данных показал, что из-за частого использования социальных сетей и мессенджеров повышается физическая нагрузка, которая может выливаться в бессонницу и нервные срывы.

Однако есть и позитивное влияние, оказываемое с помощью получения дополнительной информации, в которой заинтересованы учащиеся. Также с помощью интернет-ресурсов школьники могут разобраться лучше в какой-либо теме по учебному предмету, которую они пропустили или не усвоили.

В целом, социальные сети оказывают как негативное, так и положительное влияние на обучающихся, их продуктивность и общительность. Важно лишь вычислять свою норму нахождения в виртуальном мире.

#### **Список использованных источников:**

1. Социологический энциклопедический словарь. На русском, английском, немецком, французском и чешском языках / Ред. Г.В. Осипов. – М.: Издательская группа ИНФРА М – НОРМА, 1998. – 488 с.
2. Максимов, А.А. Влияние социальных сетей на современного подростка [Электронный ресурс] / А.А. Максимов, Н.М. Голубева // Интеллектуальный потенциал XXI века: ступени познания. – 2014. – № 21. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-sotsialnyh-setey-na-sovremennogo-podrostka>. – Дата доступа: 15.03. 2021.