

**ИЗУЧЕНИЕ СТЕПЕНИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ
СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ
СТУДЕНТАМИ-ПЕРВОКУРСНИКАМИ**

БНТУ, г. Минск

Научный руководитель: Островский С.Н.

В последнее время стал актуален вопрос о зависимости от социальных сетей. Это всё та же интернет-зависимость, которую официально признали психологическим заболеванием, только в более конкретной форме. Результаты многочисленных исследований свидетельствуют, что социальными сетями уже охвачено более половины всех пользователей Интернета. В Беларуси этот показатель пока меньше мирового, но он стремительно растёт.

Социальные сети имеют свои как положительные стороны, так и отрицательные. С одной стороны, они оказываются помощником в поиске своих знакомых и друзей, в поддержании с ними отношений, не смотря на расстояние и занятость. С другой стороны, в последнее время ученые всерьез обеспокоены тем, какое количество времени тратит современный человек, находясь в социальных сетях, ставя вопрос о зависимости.

Проблема социальных сетей ведет к тому, что у посетителей таких ресурсов происходит потеря индивидуальности. Некоторые люди перестают осознавать, что общение он-лайн не является реальным живым общением. Кроме того, возможность изменить реальность и предстать в социальной сети богатым и успешным также многих прельщает.

К позитивным аспектам личностного развития при общении посредством социальных сетей могут быть отнесены перспективы преодоления коммуникативного дефицита и расширения круга общения, повышения информированности в обсуждаемых вопросах. Основной же негативной стороной

подобных сайтов можно считать то, что подобное общение способно целиком затягивать субъекта, не оставляя ему ни времени, ни сил на другие виды деятельности.

Наиболее выражено негативное влияние компьютерной зависимости на социальные качества человека: дружелюбие, открытость, желание общения, чувство сострадания. При выраженной компьютерной зависимости наблюдается сильнейшая деградация социальных связей личности и, так называемая, социальная дезадаптация человека. Наиболее часто социальная дезадаптация развивается у детей и подростков проводящих много времени за компьютерными играми и в Интернете. Деградация социальных связей в этом случае развивается из-за вытеснения объективной реальности виртуальной, созданной при помощи компьютера. На фоне социальной дезадаптации и углубления в мир виртуальной реальности могут появиться избыточная агрессивность и различные виды антисоциального поведения.

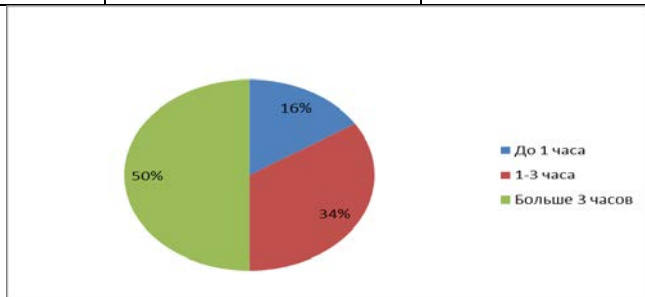
Человек, страдающий компьютерной зависимостью, как правило, уделяет меньше внимания работе и исполнению различных социальных функций. Этот факт может стать причиной серьезных проблем на профессиональном и семейном поприще. Неопрятный вид и очевидная отчужденность делает их непривлекательными для общества, что в свою очередь усугубляет конфликт между обществом и человеком, страдающим компьютерной зависимостью.

Физические аспекты компьютерной зависимости характеризуются общим истощением организма – хронической усталостью. Как правило, люди, страдающие компьютерной зависимостью, пренебрегают сном и отдыхом. При этом эйфория и возбужденность, вызванная общением в социальных сетях, могут маскировать усталость, что становится причиной еще большего утомления организма. На фоне этой зависимости могут возникнуть различные нарушения психики и поведения.

В ходе исследования мы попытались установить среднее время, затрачиваемое на посещение социальных сетей, и его связь со временем, которое отводится студентами на подготовку к занятиям, а также составили рейтинг посещения социальных сетей среди студентов первого курса БНТУ (ПСФ). Было опрошено 50 человек и получены ответы на следующие вопросы:

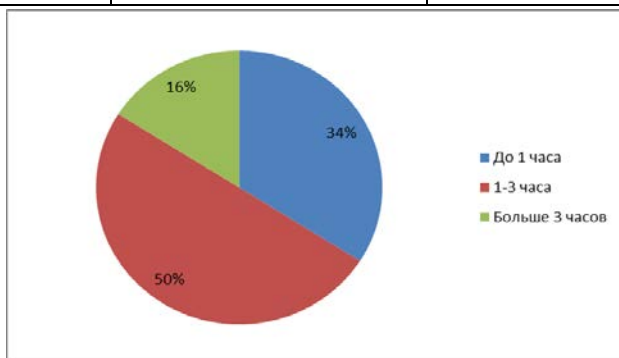
1. Проранжируйте социальные сети по мере их посещения									
В контакте	В сети	Facebook	Мой мир	Одноклассники	Twitter	LiveJournal	Я тут	Мир тесен	В кругу друзей
43%	14%	13%	10%	7%	6%	3%	2%	1%	1%

2. Сколько времени в день занимает у Вас посещение социальных сетей?		
До 1 часа	1-3 часа	Больше 3 часов
16%	34%	50%



3. Как часто Вы посещаете социальные сети?					
Несколько раз в день	1 раз в день	2-3 раза в неделю	Несколько раз в неделю	Несколько раз в месяц	Не посещают
71%	19%	8%	0%	0%	2%

4. Сколько времени Вы уделяете подготовке к занятиям?		
До 1 часа	1-3 часа	Больше 3 часов
34%	50%	16%



Таким образом, самой популярной социальной сетью является «В контакте», за ней следует «В сети» и «Facebook». Остальные менее распространены среди опрашиваемых студентов. Также выяснено, что половина участников исследования проводит в сети более 3 часов (50%), 34% проводит в сети от 1 до 3 часов в день и 14% тратит на посещение социальных сетей меньше 1 часа в день. Подавляющее большинство опрошенных заходят в социальные сети несколько раз в день (71%), 1 раз в день заходят 19% студентов и 8% посещают подобные сайты 2-3 раза в неделю. Среди опрашиваемых нашёлся один человек, не зарегистрированный ни в одной из социальных сетей. Также выявлена прямая зависимость между временем, проводимым в интернете, и временем, затрачиваемом на подготовку занятий.

Те, кто проводит в сети меньше часа, уделяют подготовке больше 3 часов, а тем, кто проводит в сети больше 3 часов, на подготовку остаётся меньше часа свободного времени. Также мы обнаружили, что девушки проводят в интернете намного больше времени, чем парни, следовательно, подготовка занимает у них меньше времени. Своё свободное время первокурсники тратят на сон, интернет, общение с друзьями. Нашлись и такие, чьи увлечения занимают значительную часть свободного времени и ограничивают время посещения социальных сетей. Среди них занятия йогой, postcrossing, танцы, спорт и др. В перечень предметов, которым студенты уделяют больше внимания, входят технические дисциплины, такие как физика, высшая математика, инженерная графика, химия. Меньше внимания уделяется гуманитарным наукам: идеологии, культурологии, естествознанию, экологии.

Таким образом, посещение социальных сетей у студентов первого курса занимает большую часть свободного времени, а это приводит к ухудшению успеваемости вследствие недостатка времени на подготовку к занятиям. Поэтому студентам следует подумать о влиянии на них социальных сетей, а также научиться разумно и рационально использовать своё свободное время.

УДК 159.922.8

Козыренцева Л.С.

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТИПЫ ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК
В КОНТЕКСТЕ ЛИЧНОСТНЫХ РЕСУРСОВ
СОВЛАДАНИЯ
С ТРУДНЫМИ СИТУАЦИЯМИ**

БГПУ им. М. Танка, Минск

Научный руководитель: Гончарова С.С.

В докладе рассматриваются психологические типы («активные оптимисты», «активные пессимисты», «пассивные оптимисты», «пассивные пессимисты», «реалисты») юношей