

## ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ЖИТТЯ МОЛОДІ УКРАЇНИ

**Мезенцева І.О., доцент, Османова О.В., асистент, Мартиненко О.Г., студент**  
*Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут»*

*Анотація. В роботі представлений аналіз впливу соціальних мереж на життя молоді. Аналіз був виконаний на підставі результатів анкетування студентів, які навчаються у НТУ «ХПІ». Були визначені певні проблеми, що виникають у студентів при користуванні соціальними мережами.*

Сучасна людина вже майже не уявляє свого життя без соціальних мереж. Останнім часом кількість соціальних мереж збільшилась, як і збільшилась кількість респондентів у них. Велику роль у цьому зіграло певне обмеження у реальному спілкуванні людей через пандемію коронавірусу, а потім – військові дії.

Раніше проводились дослідження щодо безпеки чи небезпеки людини у соціальних мережах [1] та дослідження щодо ролі мобільного зв'язку в житті сучасної людини [2]. Стрімке зростання спілкування у соціальних мережах при використанні мобільного зв'язку спонукало авторів цієї роботи до більш розширеного дослідження. Було проведено анкетування студентів четвертого курсу Навчально-наукового інституту Механічної інженерії і транспорту НТУ «ХПІ» (67 студентів). Аналіз даних був проведений шляхом обробки результатів анкетування, яке було проведено за допомогою додатка Forms сервісу Office 365.

Ще декілька років тому найбільш розповсюдженою соціальною мережею серед молоді була Instagram [1], а вже зараз, як показали дослідження, 100% опитуваних використовують соціальну мережу Telegram. На рисунку 1 показаний розподіл соціальних мереж по їх використанню. Перше місце займає соціальна мережа Telegram, на другому місці за частотою використання Viber, на третьому – Instagram і на четвертому місці – TikTok. На запитання «Яким джерелом саме для отримання новин ви користуєтесь найчастіше?», 79% опитуваних відповіли – Telegram (рисунок 2). При цьому більша кількість респондентів, а саме 58%, не вважають це джерело інформації надійним.

Враховуючи напруження, в якому зараз знаходиться суспільство нашої країни через військові дії, виникає також необхідність оцінити вплив соціальних мереж не тільки на фізичний, а й на емоційний стан молоді. Негативні зміни у своєму організмі від використання гаджетів відмітили 61% опитуваних. На рисунку 3 представлені дані розподілу негативного впливу використання гаджетів на окремі частини тіла людини та психічний стан. Із рисунка видно, що 67% опитуваних вважають, що більш за все від використання гаджетів для спілкування у соціальних мережах потерпають очі, 64% вважають, що негативні зміни торкнуться психічного стану, спини (45%), голови (27%), рук (12%).

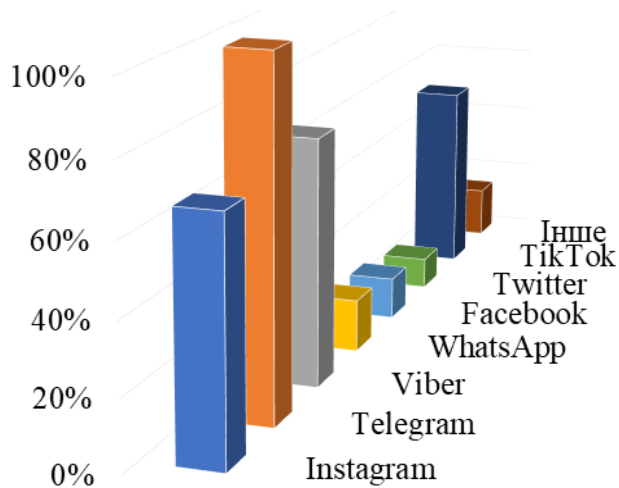


Рисунок 1 – Соціальні мережі, які використовують для спілкування респонденти

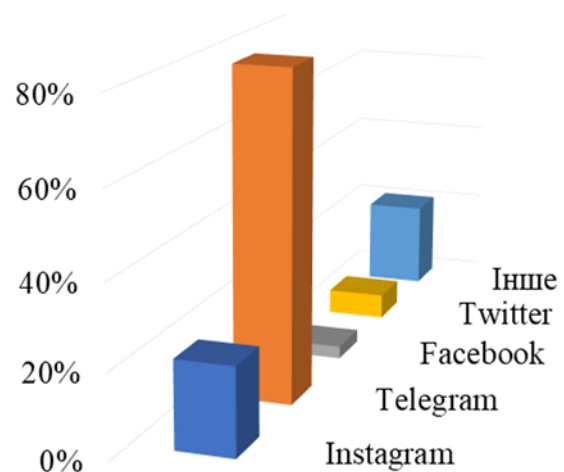


Рисунок 2 – Соціальні мережі, які використовують для отримання новин респонденти

При цьому кількість годин, які студенти проводять за електронними гаджетами невинно зростає, ще у 2018 році дослідження показували, що кількість годин на добу, яку студенти витрачали на користування мобільним телефоном, у 45% опитуваних було 1-3 години [1, 2]. А вже на сьогоднішній час, як показало наше анкетування, 64% респондентів використовують телефон більше 7 годин на добу.

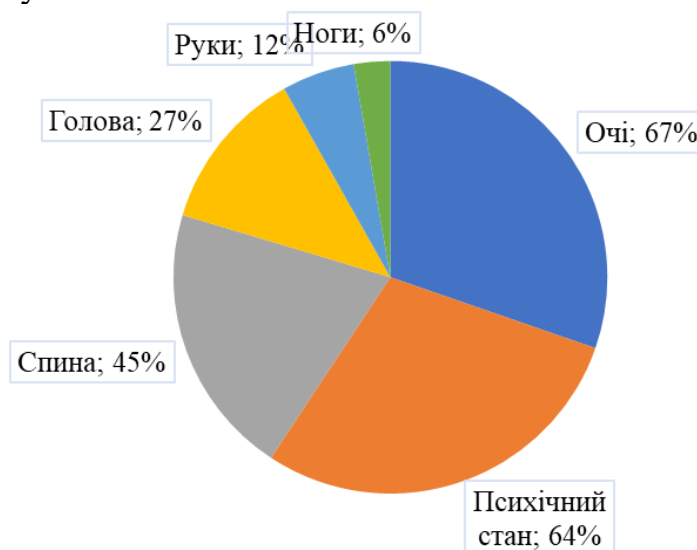


Рисунок 3 – Розподіл негативного впливу від використання гаджетів на окремі частини тіла людини та психічний стан.

Цікавий розподіл відповідей відбувся стосовно того чи мають опитувані залежність від соціальних мереж і чи є в вас знайомі, які мають таку залежність. Свою залежність від гаджетів визнали 54% опитуваних, а 66% відповіли, що мають знайомих, які мають таку залежність.

Вже існуючі дослідження показують, що світ мережевих комунікацій, до яких відносяться і соціальні мережі, за своєю структурою й динамікою суттєво відрізняється від світу реальних взаємодій людей у повсякденному житті [2]. З

одного боку забезпечуються свобода доступу до знань, зв'язків між людьми, накопичення, поширення та збагачення соціального досвіду, а з іншого боку відбувається підміна реального життя віртуальним, набуття залежності від соціальних мереж, а вже, як слідство, неспроможність людей оперувати великою кількістю інформації та проводити самостійний аналіз [1, 3, 4]. Супутніми факторами користувачів гаджетів стає негативний вплив на організм людини, це погіршення зору, захворювання хребта, зниження концентрації уваги, погіршення пам'яті, і навіть психічні розлади.

Наприкінці анкетування опитуваним було запропоновано вказати, які правила безпечного використання гаджетів вони знають. Відповіді студентів містили наступні рекомендації: дозований графік роботи з гаджетами; перерви при тривалій роботі з гаджетами; не вірити інформації, що наведена у соціальних мережах; завжди перевіряти достовірність джерела інформації; не викладати особисту інформацію про себе, своїх рідних, друзів і знайомих в Інтернеті; не класти електронні гаджети поруч із ліжком; не носити телефон в кишені біля пахової області; не користуватися телефоном при ходьбі по вулиці; спілкуватися по гучномовцю; не використовувати гаджет, коли він заряджається; в темний період доби дивитися на екран при включеному освітленні. Ось основні пропозиції, які пропонують використовувати респонденти для зменшення негативного впливу від електронних гаджетів.

Можна зробити висновок, що, нажаль, незалежно від нашого бажання соціальні мережі стали значною частиною життя сучасної людини і у майбутньому їх вплив на людей буде збільшуватися. Для того, щоб знизити небезпечні явища, які можуть виникнути при використанні соціальних мереж, необхідний свідомий розумний і безпечний підхід до їх використання.

### **Список літератури:**

1. Мезенцева І. О. Безпека чи небезпека людини у соціальних мережах / І. О. Мезенцева, І. М. Любченко, О. Є. Дерев'янюк // Безпека людини у сучасних умовах = Human security in modern conditions : зб. тез наук. доп. 10-ї міжнар. наук.-метод. конф. та Міжнар. конф. EAS, 6-7 грудня 2018 р. / Нац. техн. ун-т "Харків. політехн. ін-т" [та ін.]. – Харків : Панов А. М., 2018. – С. 153-155.

2. Стахов Л. П. Мобільний зв'язок в житті сучасної людини [Електронний ресурс] / Л. П. Стахов, А. В. Слободянюк // Матеріали XLVII науково-технічної конференції підрозділів ВНТУ, Вінниця, 14-23 березня 2018 р. – Електрон. текст. дані. – 2018. – Режим доступу: <https://conferences.vntu.edu.ua/index.php/all-hum/all-hum-2018/paper/view/4713>

3. Вплив мобільного зв'язку на організм людини / І. О. Мезенцева, В. В. Горбенко, І. М. Любченко, С. В. Котлярова // Вісник Нац. техн. ун-ту "ХПІ" : зб. наук. пр. Темат. вип. : Нові рішення в сучасних технологіях. – Харків : НТУ "ХПІ". – 2012. – № 9. – С. 138-141.

4. Рудь В.О. Безпека в соціальних мережах / Актуальні проблеми сучасної науки в дослідженнях молодих учених, курсантів та студентів: тези доп. Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Вінниця, 17 травн. 2023 р.).–Вінниця: ХНУВС, 2023.–С. 446-450.