

і по різному впливають на формування особистості, здебільшого вони мають позитивний вплив, особливо творчі та розвиваючі мультфільми, а також високо моральні, етичні та дружелюбні мультики, тоді як жорсткі та нереалістичні мультфільми роблять психіку дитини нестійкою та тривожною, схильною до агресії та негативних проявів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Венгер Л. А. Воспитание сенсорной культуры ребенка от рождения до 6 лет / Л.А. Венгер, Э.Г. Пилюгина, Н.Б. Венгер; под ред. Л.А. Венгера. – М.: Просвещение, 1988. – 144 с

Катерина Силка,

студентка 3 курсу

факультету психолого-педагогічної освіти та мистецтв

Наук. керівник: **О.В. Горецька,**

к.психол.н., доцент (БДПУ)

ПРОБЛЕМА ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ СЕРЕД СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Актуальність: В епоху розквіту цивілізації, коли щодня з'являються нові відкриття в галузях науки та техніки, людина значно спростила життя за допомогою різних технологій, але те що було розроблено для покращення людського життя, наразі висуває перед суспільством нову проблему – Інтернет-залежності, зокрема залежність від соціальних мереж. Все більша кількість людей, особливо молоді проводить своє життя поза межами реального світу, у власній ілюзорній віртуальній реальності, забуваючи про справжнє життя. В них деформуються здатність до нормального міжособистісного спілкування, втрачається відчуття часу та простору, відкладаються важливі справи. Таким чином, молода людина нехтує справжнім світом на користь конформному світу Інтернет, де будь-яку проблему легко вирішити не докладати справжніх зусиль. Особливо варто звернути увагу, що це відволікає людину від її професійної чи освітньої діяльності, продукуючи неефективні результати праці, знижуючи як спеціальний, так і загальний освітній рівень людини, продуктивність та яскравість її життя, позбавляючи соціального досвіду та елементарних навичок взаємодії один з одним. Молодь не формує у себе навичок критичного мислення, емоційного інтелекту, адже вважають що будь-яку проблему та задачу можна вирішити за допомогою Інтернет-ресурсів. Тому постає проблема пошуку методів та способів подолання Інтернет-залежності.

Ступінь досліджуваності проблеми. Дослідженням проблеми Інтернет-залежності займалися: С. Варламова І. Голдберг, Е. Гончарова, Я. Кімберлі, Т. Мацьоха М. Орзак, Д. Полигаєва, І. Соколова та інші.

Так, Я. Кімберлі визначає чотири ознаки Інтернет-залежності: нав'язливе бажання перевірити e-mail; постійне чекання наступного виходу в Інтернет; скарги навколишніх на те, що людина проводить занадто багато

часу в Інтернеті та витрачає на це багато грошей. Більш розгорнуту систему критеріїв приводить І. Голдберг. На його думку, залежність можна констатувати при наявності трьох ознак: кількість часу, яку потрібно людині провести в Інтернеті, щоб досягти задоволення (іноді почуття задоволення від спілкування в мережі межує з ейфорією); постійне збільшення кількості часу в мережі; користувач не робить спроби відмовитися від Інтернету чи хоча б проводити в ньому менше часу; погане самопочуття (емоційні та рухові порушення, тривога, нав'язливі думки тощо), яке виникає при неможливості користуватися Інтернетом або скороченні часу, проведеного у мережі [1]. М. Орзак виділяє не тільки психічні, але і фізичні симптоми Інтернет-залежності: враження нервових стовбурів руки, зв'язане з тривалою перенапруженою м'язів; оніміння пальців руки, що тримає «мишку»; сухість та різь в очах; головні болі по типу мігрені; болі в спині; порушення режиму харчування; зневага до особистої гігієни; розлади режиму сну [2].

Мета і методи дослідження: визначити схильність до залежності від соціальних мереж у студентів за допомогою анкети-опитувальника «Залежність від соціальних мереж». У нашому дослідженні брали участь 15 студентів у віці від 19 до 21 року.

Сутність дослідження. За результатами опитування всі студенти відвідують соціальні мережі: 95% – щоденно, з них 65% кілька раз на день. 32% студентів мають високий рівень залежності від соціальних мереж 56% мають схильність до залежності і лише 12% опитуваних мають низьку вірогідність залежності від соціальних мереж. Здебільшого досліджувані використовують соціальні мережі як засіб зв'язку, обміну інформації, для організації відпочинку та розваг, помічника в роботі. 58% стверджують, що соціальні мережі допомогли в особистому житті та спілкуванні. 80% студентів згодні з тим, що в них існує тенденція до появи Інтернет-залежності.

Основні висновки. Отже, більшість студентської молоді має залежність від соціальних мереж, що вимагає розробки та проведення корекційних заходів для подолання цієї залежності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Мартынова О.С. Критерии оценки Интернет-зависимости / О.С. Мартынова // Психотерапия и консультирование. – М., 2002. – №3. – С. 27–30.
2. Церковний А. Аспекти формування Інтернет-залежності / А. Церковний // Соціальна психологія. – 2004. – № 5 (7). – С. 149–154.