

Переваги та недоліки використання соціальних мереж

Вінницький національний технічний університет

Анотація

В статті подані результати дослідження направлені на дослідження питання використання соціальних мереж. Описано зміст соціальних мереж. Розглянуто основні переваги та недоліки їхнього використання.

Ключові слова: соціальна мережа, вільний час, переваги, недоліки, інтернет.

Abstract

The article presents the results of research aimed at addressing issues of improvement of using social networks. Content of social networks was described. The main advantages and disadvantages of their use are considered.

Keywords: social network, free time, advantages, disadvantages, internet.

Покоління високих технологій впевнено зайшло у наше життя. Воно стало більш насичене різноманітною відкритою інформацією. Та чи все так добре? Як відомо у будь-якого суспільного винаходу дві сторони: прогрес та регрес.

Донедавна телевізор був єдиним електронним пристроєм. Сьогодні є багато різноманітних гаджетів, котрі відділяють нас від реального світу. Це комп'ютери, телефони, планшети та ін. здавалося б, подивитися щось по телевізору, переглянути кілька відео на You Tube, полистати стрічку новин у соціальних мережах, чудових способів відпочити.

Нам важко уявити своє життя без інтернету та інформаційних технологій. Вони встигли зайняти особливе місце у життя кожної людини. Найбільшою популярністю користуються соціальні мережі. Ми створюємо акаунти і відвідуємо наші сторінки кілька разів на день, чи займаємося просуванням власного бренду. З'явилася можливість спілкуватися з рідними та близькими, котрі знаходяться далеко від нас це досить зручно. Проте, вчених турбує вплив на людину соціальних мереж. Що таке соціальні мережі та що вони приховують?

Соціальна мережа — соціальна структура, утворена індивідами або організаціями. Вона відображає різноманітні зв'язки між ними через різноманітні соціальні взаємовідносини, починаючи з випадкових знайомств і закінчуючи тісними родинними зв'язками. Вперше термін було запропоновано в 1954 році Дж. А. Барнесом (в роботі *Class and Committees in a Norwegian Island Parish*, «Human Relations»).

Кажуть, залежність від соціальних мереж не слабша, ніж у курця від сигарет. У Штатах навіть придумали спеціальний термін – Facebook addiction disorder, що перекладається приблизно так: «розлад Facebook-залежності». Втім, у кого як: замість Facebook може бути будь-яка інша соціальна мережа.

Першою спробою створити таку мережу спілкування став ще 1995 року сайт classmates.com, який через обмаль реклами та фінансування невдовзі був закритий. Його автор так і сказав про своє дітище: "Просто цей сайт з'явився занадто рано".

На сьогодні доступ до соціальних мереж мають майже 96% населення нашої планети. По кількості користувачів на першому місці Facebook – близько 1, 5 мільярда. Вчені підраховали, що мінімальний час перебування у соціальні мережі кожної людини дорівнює 3 годинам.

Багато хто вибирає життя на онлайн-сцені, буквально живуть у Мережі – для красивої картинки. А є ті, які стають постійними глядачами цих вистав. І їх інтерес досягає таких масштабів, що йому могли б позаздрити голлівудські зірки.

Сьогодні вікна наших будинків відчинилися, а стіни стали прозорими. І ми тепер знаємо, що на сніданок у подруги, яка живе на іншому кінці міста, як ростуть діти однокласниці, яка після школи покотила за кордон у пошуках кращого життя, оскільки вона себе приводить у форму за допомогою інноваційних та напевно дорожущих SPA-програм, про які навіть не доводилося чути.

Чому соціальні мережі замінили живе спілкування? Наразі це питання є важливим в житті кожної сучасної людини. Адже все більше користувачів соціальних мереж вважають, що краще провести зайву годину в Інтернеті, а не зустрітися з друзями чи погуляти з однокласниками.



Рисунок 1. Переваги використання соціальних мереж

Розглянемо детальніше основні плюси соціальних мереж:

- соціальні мережі надають можливість спілкуватися з колегами по роботі, родичами і друзями, що живуть в різних містах і країнах, а також заводити нові знайомства;
- соціальні мережі можна використовувати як інструмент для саморозвитку. Тут можна дивитися пізнавальні фільми, слухати хорошу музику, читати цікаві книги, вивчати іноземні мови. У соціальних мережах створені групи за інтересами, в яких можна знайти цікаву для вас інформацію, наприклад, відео з заняттями з фітнесу або ж з уроками гри на гітарі;
- поряд з цим, соціальні мережі можуть допомогти під час навчального процесу. З їх допомогою можна обмінюватися конспектами лекцій, завданнями з лабораторних робіт та іншою корисною інформацією. Також є можливість вступити до спільноти певної тематики і детально вивчити питання з історії або ж підтягти знання з іноземної мови. Для цього в соцмережах є посилання на необхідну літературу, фото- і відеоматеріали, можна обговорити проблемні питання з іншими членами групи;
- соціальні мережі - це майданчик для розвитку бізнесу. Тут можна прорекламувати свій інтернет-магазин, студію веб-дизайну або рок-школу. Реклама може бути спрямована на цільову аудиторію і про ваш бізнес дізнаються люди, яких могли б зацікавити надаються вами продукція або послуги. Можна відшукати тут нових клієнтів, примножити лояльність постійних покупців;
- відсутність кордонів. Можна знайомитися і спілкуватися з людьми з різних міст і навіть країн! Тут немає меж або бар'єрів. Єдине, що може стати в нагоді - знання мови. Хоча б просто англійська, але в ідеалі рідна мова співрозмовника. Такі унікальні можливості не можуть не радувати. Багатьом хочеться побувати за кордоном. Соціальні мережі дають можливість налагодити міжнародні контакти, дізнатися від місцевих жителів, що з собою брати, який там клімат, куди сходити. Багато хто навіть заводять друзів в інших країнах і їздять відпочивати до них додому. Так можна приємно провести час, отримати безкоштовного гіда і заощадити на готелі;
- приємне проведення часу. Тут можна дійсно відпочити після важкого робочого дня не витрачаючись ні на що. Розважальні ігри, цікава інформація, приємні люди - що ще потрібно для гарного вечора?;
- скритність. Можна бути ким завгодно, а не тільки тим, хто ти є в реальному житті. Деякі люди соромляться своєї зовнішності, інші хочуть бути супер героями, в інтернеті немає осіб і це дозволяє стати ненадовго тим, ким так мріяв бути. Звичайно це не завжди добре, і все ж інформація, фотографія

- все це ніколи не перевіряється модераторами і адміністраторами. Так що при бажанні можна залишатися інкогніто;

- нові ідеї також викладаються в різних групах і на сторінках цікавих людей. Можна почерпнути корисну для себе інформацію про ремонти, готуванні, прибирання та вихованні дітей, відносинах і багато іншого;

- можливості. Сьогодні вже не дикість заробляти гроші в соціальних мережах. Якщо ти популярний, твоя сторінка користується великим попитом, то на цьому можна заробити непогані гроші. Крім того, є шанс познайомитися з відомими, впливовими людьми в різних областях: фотографи, вчені, моделі і модельєри, музиканти, продюсери і так далі. Іншими словами можна розкрутитися, якщо мати певні навички і прагнення.

Соціальні мережі надали можливість використовувати велику кількість інформації, розвиватися, самовдосконалюватися і заробляти.

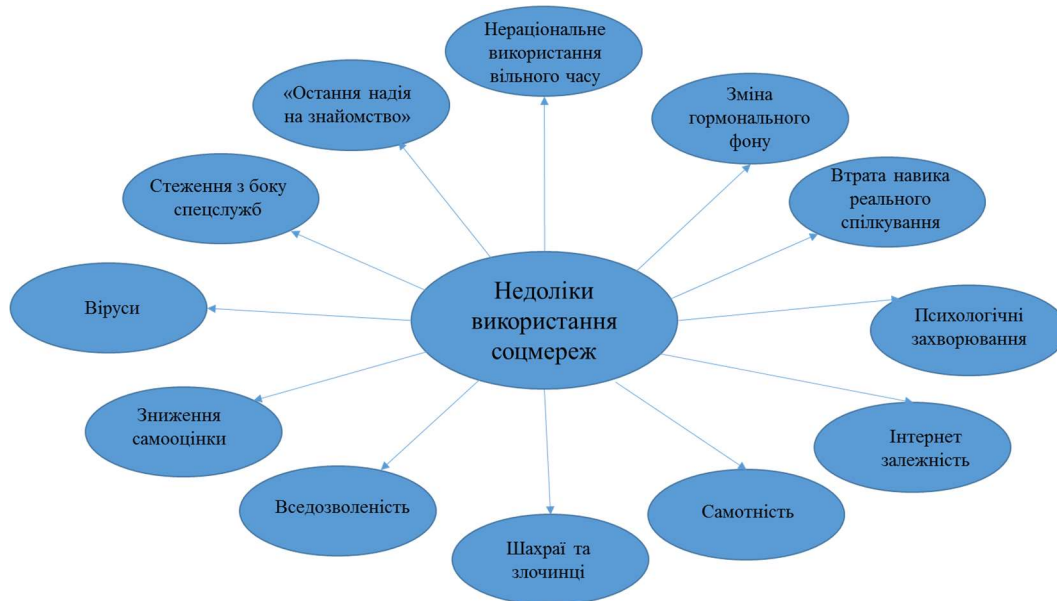


Рисунок 2. Недоліки використання соціальних мереж

А тепер розглянемо детально мінуси:

- через велику кількість розважальної, поверхневої і часто непотрібної смітєвої інформації час перебування в соціальній мережі значно збільшується. Таке проведення часу може негативно позначатися на нашому здоров'ї, тому що великий обсяг інформації нерідко стомлює і навантажує нервову систему;

- також може змінюватися гормональний фон в результаті залежності від інтернету. Наприклад, в момент перевірки соціальних мереж сильніше виділяється гормон окситоцин, який відповідальний за почуття співпереживання;

- мінусом є і те, що людина втрачає навик реального спілкування, тому що звикла до спілкування в режимі онлайн. Листуючись в соцмережах, люди часто не дотримуються правила граматики і пунктуації, використовують обмежений словниковий запас, емоції замінюються смайликами - все це негативно позначається на спілкуванні в реальному світі;

- спецслужби використовують соцмережі для організації стеження. Представники спецслужб складають приблизно 15% користувачів соціальних мереж;

- в Україні користувачі соціальних мереж переважно люди від 12 до 45 років. Психологи звертають увагу більше на підлітків, психіка в їхньому віці не стійка, і виникає психологічне захворювання, зване інтернет залежністю. Це захворювання впливає на успішність підлітків в школі, а також їх світогляд. Згідно зі статистикою щотижня діти в соцмережах проводять: від 7 до 14 годин - 23%, 14-21 годину - 57% і більше 21 години - 20%. Кожна п'ята дитина один з семи днів тижня витрачає на соціальну мережу;

- інтернет залежність - психологічний розлад, яке може стати причиною виникнення різних комплексів, наприклад, комплексу неповноцінності. Щоб дитина не отримала такого роду відхилення, необхідно стежити за тим, як часто він відвідує свої сторінки в соцмережах, а також за її реакцією на заборону користуватися інтернетом деякий час. Якщо підліток відреагує агресивно, то необхідно вжити заходів;

- У віці від 28 до 45 років самотні люди покладають величезні надії на соцмережі. Вони думають, що через інтернет простіше познайомиться. Згідно зі статистикою в соціальних мережах знайомиться кожна п'ята сім'я в світі. Але є і зворотна сторона медалі: чимало сімейних сварок відбувається через читання листування свого партнера з іншими резидентами соціальних мереж. Кожен третє розлучення саме через соцмережі. Після знайомств в соцмережах кількість зрад зросла втричі. Спілкуючись з жінками в віртуальному світі, чоловіки можуть розучитися доглядати за ними. Інтернет-спілкування впливає і на представниць прекрасної статі, тому що вони втрачають свою жіночність і загадковість, викладаючи на загальний огляд відверті фотографії та відомості про особисте життя;

- шахраї і злочинці. Через соціальні мережі можна познайомитися з багатьма людьми. Проблема в тому, що тут немає гарантій того, що людина буде справжнім. Шахраї, злочинці - кого тільки тут немає. Але найжахливіше в тому, що на подібні «вудки» клюють не тільки дорослі, а й діти;

- вседозволеність. Тут можна додавати і видаляти друзів простим натисканням клавіш, будь-яку розмову можна почати і легко перервати, уникнути непотрібного знайомства, ігнорувати тих, хто не приємний. У житті все складніше. Не завжди можна прямо висловити думку, іноді необхідно промовчати, перетерпіти нудну вечірку і так далі. Після «свободи» інтернету важко пристосуватися до реальності - це викликає у дітей, підлітків, та й дорослих людей труднощі в спілкуванні;

- плин часу за комп'ютером візуально сповільнюється. Час може здатися п'ятьма хвилинами. Не рідко спостерігається негативний вплив цього на реальному житті і життєдіяльності людини: відсутність здорового способу життя, зниження оцінок в школі, проблеми з реальними друзями і сім'єю;

- зниження самооцінки. Коли у однокласників в соціальних мережах висвічується 3000 друзів, деяким дітям також хочеться бути настільки ж популярними. Але не завжди спрямовані в цей бік зусилля виправдовуються. Багатьом просто не вдається набрати навіть 1000 друзів. Ці діти і підлітки сильно страждають через свого статусу в інтернеті, їм хочеться бути відомими, популярними, але це не завжди можливо, що призводить до розвитку комплексів;

- віруси. Деякі сайти буквально переповнені вірусами і шкідливими файлами, посиланнями. Це може не тільки нашкодити, але навіть «вбити» комп'ютер.

Безперечно, соціальні мережі впливають на людину. Головне, з розумом підходити до всього: не варто витрачати даремно свій час, адже час - це найцінніше, що ми маємо. Необхідно правильно використовувати ті можливості, які надані нам інтернетом.

Отже, інтернет-спілкування має доповнювати життя, а не бути основою всієї нашої діяльності! Соціальні мережі можуть принести багато користі. Але зловживання може привести до залежності, втрати уваги, втрати часу, відчуження і отупіння. Соціальні мережі - це і добре і погано. У наших силах брати від них тільки хороше і відсіяти погане. Для того, щоб соціальні мережі не завдали шкоди здоров'ю і психіці, кожна людина повинна регламентувати своє проведення часу в віртуальному просторі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Старожукова Н. Які переваги соціальних мереж або чому варто зараз застосувати SMM. Режим доступу: <https://seomadeplace.com/uk/seomadeplace-blog/smm-uk/perevahy-sotsialnykh-merezh-abo-chomu-varto-zastosovuvaty-smm-pryamo-zaraz>
2. Смірнова О. Соціальний Я. Про вплив соцмереж на нас і наше життя. Режим доступу: https://blog.allo.ua/ua/sotsialnij-ya-pro-vpliv-sotsmerezh-na-nas-i-nashe-zhittya_2018-01-13/
3. Інтернет та соціальні мережі їх вплив на здоров'я. Режим доступу: http://social-internet-nasar.blogspot.com/2017/11/blog-post_4.html
4. Позитивний та негативний вплив соціальних мереж. Режим доступу: <https://sites.google.com/site/socialnimeregi/pozitivnij-ta-negativnij-vpliv-socialnih-merez>
5. Гнатюк Р. Соціальні мережі: співвідношення позитиву і негативу? Режим доступу: <https://dt.ua/family/socialni-merezh-i-spivvidnoshennya-pozitivu-i-negativu.html>
6. Кузьмич С. Соціальні мережі: переваги та недоліки. Режим доступу: <https://ij.ogo.ua/ya-zhurnalist/sotsmerezhi-perevagi-ta-nedoliki/>
7. Плюси і мінуси соціальних мереж. Режим доступу: <https://plusimynusi.ru/plyusy-i-minusy-socialnyx-setej/>

8. Соціальні мережі: плюси та мінуси. Режим доступу: <https://blog.webakula.ua/socialnye-seti-plyusy-i-minusy/>

Конюк Людмила Василівна - студентка групи МЗД-186, факультет менеджменту та інформаційної безпеки, Вінницький національний технічний університет, м. Вінниця.

Безсмертна Оксана Владиславівна – к.е.н., доцент кафедри підприємництва, логістики та менеджменту Вінницького національного технічного університету, м. Вінниця.

Konyuk Lyudmyla Vasylivna - student, faculty of management and information security Vinnitsa National Technical University, Vinnitsa.

Bezsmertna Oksana Vladyslavivna – PhD in economics, Associate professor, business, logistics and management Department, Vinnitsa National Technical University, Vinnitsa.