

Социальные сети: за и против

Завьялова Вера
ПКo-22

Двадцать первый век. Век компьютерных технологий и новинок. Именно за ними наше будущее. Уже каждый пятый ребенок не только умеет пользоваться компьютером, но и в совершенстве владеет Интернетом. Многие подростки проводят свое свободное время в социальных сетях.

Почему же мы так любим проводить время за компьютером и в социальных сетях? Как на нас это влияет? И сможем ли мы остановиться?





Я считаю, что подросток и социальная сеть – это одна из актуальных тем нашего времени. Социализация человека происходит в процессе воспитания и под значительным влиянием среды. Среда современного человека, в которой происходит воспитание, существенно изменилась. Сейчас наиболее сильное влияние оказывает Интернет.

Вконтакте, Тик ток и тд. заполонили разумы юных школьников. Нужно решить, что же делать и что же предпринять.

Положительные стороны социальных сетей :

1. Общение;
2. Деловые контакты;
3. Решение рабочих вопросов;
4. Заработок;
5. Продвижение бизнеса;
6. Многообразие контента;
7. Саморазвитие;
8. Информация.



Отрицательные стороны социальных сетей:

1. Расход большого количества времени;
2. потеря навыка реального общения;
3. Вероятность возникновения зависимости;
4. Социальные сети — поле деятельности для мошенников и недоброжелателей;
5. Вред здоровью;
6. Потеря мотивации к работе;
7. Уход из реального мира.





Основные вредные факторы при частом нахождении за компьютером и социальных сетей:

- Стесненная поза, сидячее положение в течение длительного времени
- Воздействие электромагнитного излучения
- Утомление глаз, нагрузка на зрение
- Перегрузка суставов кистей
- Стресс при потере информации
- Зависимость от виртуального мира
- Общедоступность информации
- Психические расстройства

Есть общие симптомы, которые говорят о смещении приоритетов в пользу виртуальности:

- стремление всегда находиться онлайн, ломка;
- раздражительность при долгом отсутствии интернета;
- пренебрежение внешним видом;
- расстройство сна;
- нерегулярное питание, его отсутствие или переедание;
- конфликты с окружающими;
- расстройство внимания;
- готовность вкладывать деньги в интернет;
- отказ от развлечений и общения в реальной жизни.



Вывод таков — интернет-общение должно дополнять жизнь, а не быть основой всей нашей деятельности! Социальные сети могут принести много пользы. Но злоупотребление общественными сетями может привести к зависимости, потере внимания, трате времени, отчуждению и отупению. Социальные сети — это и хорошо и плохо. В наших силах брать от них только хорошее и отсеивать плохое. Для того, чтобы социальные сети не нанесли вред здоровью и психике, каждый человек должен регламентировать свое времяпрепровождение в виртуальном пространстве.

Спасибо за внимание !