

Припутневич Денис Николаевич

канд. мед. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Воронежский государственный
медицинский университет им. Н.Н. Бурденко» Минздрава России

г. Воронеж, Воронежская область

Золотарёва Маргарита Вячеславовна

педагог

МБОУ «СОШ №1 с углубленным изучением отдельных предметов»

г. Воронеж, Воронежская область

Припутневич Елена Денисовна

студентка

ФГБОУ ВО «Воронежский государственный
медицинский университет им. Н.Н. Бурденко» Минздрава России

г. Воронеж, Воронежская область

Сибилева Виктория Александровна

студентка

ФГБОУ ВО «Воронежский государственный
медицинский университет им. Н.Н. Бурденко» Минздрава России

г. Воронеж, Воронежская область

Ященко Алина Николаевна

студентка

ФГБОУ ВО «Воронежский государственный
медицинский университет им. Н.Н. Бурденко» Минздрава России

г. Воронеж, Воронежская область

DOI 10.31483/r-104731

ОЦЕНКА ВЛИЯНИЯ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ НА ФУНКЦИЮ ВНИМАНИЯ У ПОДРОСТКОВ

Аннотация: в статье представлены результаты исследования активности подростков в социальных сетях, среднего времени активности в социаль-

ных сетях и предпочитаемые социальные сети. Показано, что большинство подростков посвящают социальным сетям в среднем 2–3 часа в сутки. Наиболее популярной социальной сетью оказалась сеть TikTok. Выявлено отсутствие влияния времени, которое подросток посвящает социальным сетям, на функции устойчивости, концентрации и переключаемости внимания.

Ключевые слова: социальные сети, подростки, функции внимания, тест Бурдона, TikTok.

Социальные сети приобретают все большую популярность среди детей и подростков в последнее десятилетие. Согласно Толковому словарю, социальная сеть (от англ. social networks) – это интернет-сайт, который позволяет зарегистрированным на нем пользователям размещать информацию о себе и коммуницировать между собой, устанавливая социальные связи. Контент на этой площадке создается непосредственно самими пользователями [1]. В настоящее время в России популярными являются социальные сети «В Контакте», «Одноклассники», «Instagram»*, «Twitter» и «TikTok» [3]. Первая социальная сеть появилась в 1995 году – портал Classmates.com, на котором можно было найти своих одноклассников, однокурсников или сослуживцев. Кстати, сеть существует и сегодня. Однако только 2003–2004 социальные сети обрели настоящую популярность. Именно тогда были запущены LinkedIn, MySpace и Facebook*. В 2006 году появились российские соцсети – «Одноклассники» и «ВКонтакте». В это же время появился и Twitter. На август 2018 года в списке 15 самых популярных соцсетей мира лидируют 3 соцсети: Facebook* (2,2 млрд активных пользователей в месяц), YouTube (1,9 млрд активных пользователей), Instagram* (1 млрд активных пользователей), «ВКонтакте» и «Одноклассники» разместились на 13–14 местах с аудиторией в 97 и 71 млн активных пользователей в месяц соответственно [11]. Эти площадки привлекают молодёжь своей простотой, легкой усвояемостью и высокой популярностью. В среднем человек тратит на обновление, общение и просмотр «новостей» в социальных сетях уже около 6, 5 часов в день. «Просиживаем» в социальных сетях пользователи могут

заниматься абсолютно в любое время при наличии смартфона и интернета. Благодаря социальным сетям, каждый школьник имеет возможность общаться с людьми на расстоянии, обмениваться фотографиями и видеофайлами с близкими, знакомиться с новыми людьми. С помощью социальных сетей мы можем выкладывать свои работы, фотографии, видео, рисунки, статьи. С одной стороны это положительный эффект, так как человек делится результатами своей деятельности и умениями, но, с другой, пользование социальными сетями при определенных условиях приводит к негативным последствиям [3]. По данным опроса [5], проведенного ВЦИОМ (Всероссийский центр изучения общественного мнения) на 6 марта 2019 практически 100% подростков в возрасте от 14 до 17 лет, пользуются интернетом ежедневно «подавляющее большинство подростков (98%) отметили, что пользуются интернетом ежедневно, кроме того 89% заходят в социальные сети практически каждый день», если сравнивать с опросом взрослой аудитории, то всего 53% заходят ежедневно в соцсети [2]. Что же влияет на время, которое подростки уделяют общению в социальных сетях? Общение с членами группы сверстников является наиболее важной мотивацией для использования социальных сетей [8]. Подростки с высокой положительной коллективной самооценкой более сильно мотивированы к общению с группой сверстников через социальные сети. Девочки и девушки чаще используют социальные сети для общения со сверстниками, времяпрепровождения и развлечений. Отрицательная коллективная самооценка более характерна для мальчиков и юношей. Они чаще используют социальные сети в качестве альтернативы общению с другими членами группы для социальной компенсации и удовлетворения социальной идентичности [8]. Результаты других исследований показывают, что время, проводимое в социальных сетях не связано ни с самооценкой, ни со страхом негативной социальной оценки, ни с социальным сравнением, в то время как симптомы зависимости от социальных сетей были связаны с временем использования социальных сетей. Ни время, проведенное в социальных сетях, ни симптомы зависимости от социальных сетей не были связаны с положительными социальными

отношениями [9]. В последнее время вопросу влияния социальных сетей на детскую психику посвящается все больше работ. Большинство авторов отмечает негативное влияние социальных сетей на детскую психику [7]. Установлена положительная корреляция между злоупотреблением активностью в социальных сетях и проявлениями аффективных расстройств (тревога и депрессии) и сопутствующими им самоповреждениями и суицидальной активностью, злоупотреблением алкоголем и другими ПАВ [6]. Более того, результаты зарубежных исследований выявили также неадаптивные когнитивные способности и психиатрический дистресс у лиц с зависимостью от социальных сетей [10]. В связи с этим проблемой бесконтрольного использования подростками социальных сетей с каждым годом всё более обеспокоены и родители, и педагоги, и психологи. Ситуация отягчается ещё и тем фактом, что, как правило, этот процесс трудноуправляемый. Лишить сегодня подростка доступа к Интернету означает вступить с ним в открытую конфронтацию, поскольку такое действие не только спровоцирует у индивида негативную реакцию, но и может нанести подростку психологическую травму [4].

В нашем исследовании мы попробовали оценить влияние времени, проводимого подростками в социальных сетях на функции внимания. Для этого мы провели анонимное анкетирование учащихся 7 классов МБОУСОШ №1 с углубленным изучением отдельных предметов ГО г. Воронеж (n=63), средний возраст обследованных составил 12,76 лет. В исследованной группе мальчики составили 52,4% (n=33), а девочки 47,6% (n=30). На первом этапе путем анкетирования был выявлен среднее время, которое ученик проводит в общении и поиске информации в социальных сетях и предпочитаемые социальные сети. На втором этапе при помощи теста Бурдона были исследованы устойчивость, концентрация и переключаемость внимания у ранее анкетированных подростков. На последнем этапе при помощи математической обработки с использованием программы Excel проведена попытка установить связь между средним временем, проводимым учеником в социальных сетях и показателями концентрации, устойчивости и переключаемости внимания.

При оценке популярности социальных сетей среди анкетированных подростков были получены следующие результаты: опрошенные используют социальные сети: TikTok, Instagram* и VK. Социальную сеть TikTok предпочитают большинство опрошенных – 57,14% (n=36), Instagram* – 22,22% (n=14) и VK – 20,64% (n=13). При изучении среднего времени, проводимого опрошенными в социальных сетях, получены следующие результаты: большинство подростков проводило в социальных сетях 2–3 часа в сутки – 52,38% (n=33), менее 2 часов – 42,86% (n=27) и лишь 4,76 (n=3) использовали социальные сети более 3 часов в сутки.

При исследовании функции внимания при помощи пробы Бурдона получены показатели, указывающие на достаточную в целом сформированность концентрации, устойчивости и переключаемости внимания у подростков. Результаты обследования представлены в Таблице 1.

Таблица 1

Средние показатели внимания обследуемых в зависимости от времени, проводимого в социальных сетях

Среднее время, проводимое подростками в социальных сетях	Устойчивость внимания	Переключаемость внимания (%)	Концентрация внимания
0,5–4 часа в сутки (средне значение для выборки)	0,59	23	21,6
0,5–2 часа в сутки	0,68	25	20,4
2–3 часа в сутки	0,54	22	22,4
3–4 часа в сутки	0,56	23	21,9

При анализе полученных данных наиболее высокие показатели устойчивости и переключаемости внимания были выявлены у подростков, проводящих в социальных сетях менее часа, а концентрации внимания – у подростков проводивших в социальных сетях 2–3 часа. Статистический анализ полученных данных выявил недостоверность различий в показателях внимания у подростков с различным временем, проводимым в социальных сетях. Что служит косвенным свидетельством отсутствия связи между временем, проводимым школьником в

социальных сетях, и функциями переключаемости, устойчивости и концентрации внимания.

Таким образом, полученные результаты позволяют сделать следующие выводы:

1. Подростки пользуются социальными сетями ежедневно.
2. Большинство подростков проводят в социальных сетях 2–3 часа ежедневно.
3. Количество проводимого в социальных сетях времени не приводит к изменениям концентрации, переключаемости и устойчивости внимания у подростков.

* *Примечание.* Принадлежит признанной в России экстремистской Meta.

Список литературы

1. Жангалиева Р.Е. К проблеме влияния цифровых технологий и социальных сетей на психическое и физическое здоровье детей и формирование зависимости / Р.Е. Жангалиева // Актуальные проблемы исследования массового сознания: материалы 6-й Международной научно-практической конференции (Москва, 19–20 марта 2021 года) / отв. ред. В.В. Константинов. – М.: Перо, 2021. – С. 91–98.
2. Копылова О.Ю. Влияние социальных сетей и видео-хостингов на психическое и моральное развитие детей и подростков / О.Ю. Копылова // Вестник Московского гуманитарно-экономического института. – 2022. – №1. – С. 437–442. DOI 10.37691/2311-5351-2022-0-1-437-442.
3. Мозговая А.В. Культура социальных сетей / А.В. Мозговая // Интеллектуальные ресурсы – региональному развитию. – 2019. – Т. 5, №1. – С. 540–545.
4. Мытец И.В. Психолого-педагогический анализ влияния социальных сетей на психику современных подростков / И.В. Мытец, Е.Г. Власенкова // Шаповские педагогические чтения: сборник статей XIV Международной научно-практической конференции: в 2-х частях (Москва, 22–25 января 2022 года). –

М.: Научная школа управления образовательными системами, Международная академия наук педагогического образования, «5 за знания», 2022. – С. 805–809.

5. Опрос ВЦИОМ // Подросток в социальной сети: норма жизни – или сигнал опасности? Рубрика «Культура» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/podrostok-v-soczialnoj-seti-norma-zhizni-ili-signal-opasnosti> (дата обращения: 12.12.2022).

6. Пережогин Л.О. Влияние социальных сетей на психическое здоровье детей и подростков / Л.О. Пережогин // Психическое здоровье. – 2022. – Т. 17, №5. – С. 45–54. DOI 10.25557/2074-014X.2022.05.45-54.

7. Руденко А.М. Влияние социальных сетей на психику детей младшего школьного возраста / А.М. Руденко, В.И. Родионова, Е.А. Корниченко // Инновационные векторы устойчивого и цифрового развития производственных и информационных систем: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции (Ставрополь, 18–20 мая 2022 года) / Российский технологический университет, Санкт-Петербургский государственный экономический университет, Кубанский государственный университет, Донской государственный технический университет, Северо-Кавказский федеральный университет, Южный федеральный университет, Ставропольский государственный педагогический институт, Ставропольский государственный аграрный университет. – Ставрополь: АГРУС, 2022. – С. 383–388.

8. Barker V. Older adolescents' motivations for social network site use: the influence of gender, group identity, and collective self-esteem / V. Barker // *Cyberpsychol Behav.* – 2009. – №12 (2). – P. 209–213. doi: 10.1089/cpb.2008.0228.

9. Muench F. The independent relationship between trouble controlling Facebook use, time spent on the site and distress / F. Muench, M. Hayes, A. Kuerbis, S. Shao // *J Behav Addict.* – 2015. – №4 (3). – P. 163–169. doi: 10.1556/2006.4.2015.013.

10. Pontes H.M. Beyond «Facebook Addiction»: The Role of Cognitive-Related Factors and Psychiatric Distress in Social Networking Site Addiction / H.M. Pontes,

M. Taylor, V. Stavropoulos // Cyberpsychol Behav Soc Netw. – 2018. – №21 (4). – P. 240–247. doi: 10.1089/cyber.2017.0609.

11. Словарь терминов <https://promopult.ru/library> [Электронный ресурс]. – Режим доступа: (дата обращения: 12.12.2022).