

**Гринчук К.О., Старусева В.В.**

## **НЕГАТИВНИЙ ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ПІДЛІТКА**

**Науковий керівник: к.мед.н. Старусева В.В.**

За допомогою онлайн-опитування ми змогли встановити, що більшість підлітків починають свою активну діяльність в соціальних мережах с 10-11 років. Саме за допомогою інтернету вони заводять нові знайомства, знаходять нові захоплення, слідкують за трендами та спілкуються з друзями, дальніми родичами . Але зараз ми спробуємо довести, що соціальні мережи негативно впливають на психічний стан людини та несуть за собою тяжкі наслідки.

Соціальні мережи впливають на психіку підлітка з дитинства, коли несформована особистість, спілкуючись з незнайомими людьми, може піддатися на провокації та наробити багато помилок. Діти вважають цих незнайомих наставниками та білетом у доросле життя. Вони не замислюючись виконують усе, що скаже їх наставник. Приклад цього ми бачили в 2017 році, коли почали масово гинути підлітки. Це сколихнуло всю соціальну мережу, адже саме через неї дорослі люди пропонували дітям грати в «Синього Кита» кінцевим завданням якої було самогубство. Саме через соціальні мережи наставники впливали на несформовану дитячу психіку викликаючи її порушення.

Також однією з негативних сторін інтернету ігри. Прикладом однієї з них є «World of Tanks». В цю гру підлітки грають годинами не відриваючись від комп'ютера. Це не лише погано впливає на фізичне здоров'я, а й на те, що у людей залишається мало часу на самореалізацію в світі, вони втрачають адаптаційні можливості в реальному світі, вони живуть грою і забувають про їжу, сон та психічно страждають. В грі ми бачимо вбивство та негатив який викликає агресію яка може сприяти сваркам у родині. Ми бачимо залежність від гри, з'являються комплекси у підлітків, небажання контактувати з навколишнім світом та агресія, через поразки та жорстокості в грі. Такі діти,

частіше за усе, стають ізгоями, часто показують свою агресію та незадоволені життям, вони не в змозі відлічити справжній світ від игрового.

Таким дітям все потрібна медична допомога. Не можна не знадати про негативний вплив на фізичне здоров'я, а саме: постійне сидяче положення, що може призвести до сколіозу, електромагнітне випромінювання, втрата гостроти зору, ожиріння, напруженість в кисті рук, що веде до погіршення стану сугавів і звязок кисті, навантаження на шию, йде погіршене кровопостачання мозку, що може викликати головну біль.

Висновок: отже, ми можемо сміливо сказати, що соціальні мережи негативно впливають не тільки на психічний стан підлітка, а й на його здоров'я. Батьки повинні проводити профілактичні розмови з дітьми, слідкувати за ними та пояснити, що порушення правил поведження в інтернеті може привести до поганих наслідків.