

DOI 10.36074/logos-28.04.2023.82

ГІГІЄНІЧНА ОЦІНКА ВПЛИВУ ВИКОРИСТАННЯ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН СТУДЕНТІВ-МЕДИКІВ

ORCID ID: 0000-0003-2844-5813

Богачова Ольга Сергіївна

канд. мед. наук, доцент кафедри гігієни та екології №1
Харківський національний медичний університет

ORCID ID: 0000-0003-2844-5813

Коваленко Андрій Олегович

Здобувач вищої освіти II медичного факультету
Харківський національний медичний університет

Литвиненко Максим Андрійович

Здобувач вищої освіти II медичного факультету
Харківський національний медичний університет

УКРАЇНА

Актуальність. Вже кілька років поспіль молода частина нашого населення тісно пов'язує своє життя з інформаційними технологіями, так як освітній процес в Україні натеper відбувається здебільшого в дистанційному форматі. Соціальні мережі не є виключенням, вони активно використовуються для навчання як студентами, так і викладачами, але, входячи до інтернету, деякі з нас поринають у новинах та спілкуванні і проводять онлайн весь свій вільний час [1]. В Україні з населення 43,79 мільйонів більше ніж 50% користуються соціальними мережами, що складає близько 22 мільйонів користувачів [2]. Дана проблематика є важливою для вивчення та розуміння впливу соціальних мереж на психоемоційний стан молоді [3].

Мета – вивчити та оцінити вплив використання соціальних мереж на психоемоційний стан, здоров'я та академічну успішність студентів-медиків.

Матеріали та методи дослідження. Нами було проведено опитування (із використанням Google forms) групи студентів 1-3 курсу медичного факультету Харківського національного медичного університету. Всього було опитано 70 респондентів, серед яких 71,4% - жіночої статі, 28,6% - чоловічої статі. Студентів до 18 років було 5,7%, 18-20 років – 84,3%, 21-23 років – 8,6% та 24-26 років – 1,4%. Питання стосувалися впливу соціальних мереж на особисте життя, на психоемоційний стан та на успішність у навчанні студентів-медиків.

Результати. Слід зазначити, що причини залежності від соціальних мереж можуть бути різними для кожної людини, і розвиток залежності може бути пов'язаний з багатьма факторами, включаючи психологічні, соціальні та біологічні фактори. Виявилось, що серед студентів 47,1% помічають за собою залежність від соціальних мереж, 61,4% залишаються в соціальних мережах довше, ніж спочатку планувалося. Серед опитуваної молоді 30,0% все частіше прагнуть використовувати соціальні мережі. 37,1% молоді користуються соціальними медіа, щоб забути про особисті проблеми та відволіктись від них. Під час навчання дуже часто використовують соціальні мережі 27,1% респондентів; для 20% молоді цей вплив негативно відбивається на їхній академічній успішності у навчанні та/або роботу та психоемоційному стані. 8,6% студентів вважає, що соціальні мережі впливають на їхню здатність до роботи в

команді та 15,7% помічали за собою погіршення фізичного та/або психічного здоров'я через залежність від цифрового світу. Серед респондентів більшість були жіночої статі – 71,4% та переважно віком від 18 до 20 років – 84,3% (2-3 курс медичного факультету).

Висновки. Згідно з проведеними дослідженнями, використання соціальних мереж серед молоді може мати значний вплив на їх психоемоційний стан. Великий відсоток тих, хто відчуває залежність від соціальних мереж, що призводить до збільшення часу, проведеного в них. Для деяких це впливає на їхню академічну успішність та роботу в колективі, а також на їхнє фізичне та психічне здоров'я. Тому необхідно звернути увагу на проблему надмірного використання соціальних мереж серед студентів та розробити стратегії, які допоможуть їм збалансувати свій час, щоб не допустити негативних впливів на їхнє здоров'я.

Список використаних джерел:

- [1] John A. Naslund, Ameya Bondre, John Torous, Kelly A. Aschbrenner. Social Media and Mental Health: Benefits, Risks, and Opportunities for Research and Practice, 2020. Доступно: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7785056/>
 - [2] We are social 2023: соціальні мережі, інтернет та тенденції електронної комерції. Доступно: <https://elit-web.ua/ua/blog/we-are-social-2023>
 - [3] Htet Thinzar Linn. "The influence of social networks on human society": Scientific Essay. Доступно: <https://www.linkedin.com/pulse/influence-social-networks-human-society-scientific-essay-linn/>
-