

Элина Тарутина

---

# **Социальные сети**

Выход или ловушка?

**Элина Тарутина**  
**Социальные сети.**  
**Выход или ловушка?**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=39145386](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=39145386)  
ISBN 9785449369079*

**Аннотация**

Социальные сети давно стали неотъемлемой частью нашей жизни. Только до сих пор непонятно, добро это или все-таки зло. Попробуем разобраться.

# Содержание

Социальные сети влияют на нас больше, чем любое другое СМИ	6
Зависимые от интернета люди	9
Конец ознакомительного фрагмента.	11

# Социальные сети Выход или ловушка?

**Элина Тарутина**

© Элина Тарутина, 2019

ISBN 978-5-4493-6907-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

В последнее время мы все чаще заменяем живые беседы переписками в Интернете. Социальные сети стали неотъемлемой частью жизни 80% населения. Интернет уже не используется как поисковая сеть – под ним теперь понимают паутину с возможностью завести новых знакомых или узнать о жизни старых друзей, которые живут в тысячах километрах от нас. Однако все чаще люди стали задумываться о том, на самом ли деле социальные сети – это выход? Возможно, нас уже посадили на крючок, и мы проводим огромную часть времени в Интернете не потому, что нам нравится, а потому, что мы просто не можем поступать иначе? Социальные сети используют не только как источник общения, но и в качестве места работы, рекламы собственных услуг, неких кружков по интересам, полезных советов, рецептов интересных

блюдов и многого другого. Ни для кого не секрет, что Интернет, и в частности социальные сети, – место, где можно найти абсолютно всё, делиться тем, что тебе нравится, и находить самые свежие и полезные новости, которые происходят во всём мире. Но так ли безобидно выглядят социальные сети изнутри? Давайте разбираться.

# Социальные сети влияют на нас больше, чем любое другое СМИ

«Социальные сети влияют на нас больше, чем любое другое СМИ» – с таким заявлением выступил генеральный директор Международной конференции журналистских союзов. Именно поэтому сейчас так важно дать чёткое представление общественности о том, как правильно смотреть на информацию сквозь цифровой экран. Как правильно понимать весь тот информационный поток, что выливается на нас ежедневно? Об этом нужно говорить! Мы стоим на пороге постиндустриального общества, где движущей силой является не что иное, как информация. Так что же будет с нашим обществом, если эту информацию неправильно подать? Неправильно принять? Что же будет с нами, если мы утонем в этом океане новостей?

Государство обязано проводить частые мероприятия, касающиеся интернет-образования, потому что молодёжь должна быть проинформирована о том, чем она пользуется каждый день. Что такое социальные сети, решает каждый сам для себя, но, чтобы сделать правильный выбор, нужно в первую очередь понимать, что конкретно стоит перед нами и как с этим уживаться.

Позиция на поставленный вопрос неоднозначна, каждый специалист в той или иной сфере смотрит на проблему с разной стороны. Социальные сети имеют влияние не только в Интернете, но и в жизни – это, безусловно, ясно. Например, люди зачастую покупают более дорогие модели телефонов, брендовую одежду и прочие аксессуары жизни, чтобы попросту набрать побольше лайков. Стадное чувство? Да. Большинство социологов считают, что сейчас влияние Интернета на человека настолько велико, что большинство поступков он делает на подсознательном уровне, чтобы потом поделиться с этим в Интернете, а не достичь некоего самосовершенствования. Некоторые пользователи нарушают свободу и личное пространство других, только для того чтобы сделать что-то такое, чтобы запомниться в Интернете. Такое страстное увлечение социальными сетями, как правило, не приводит ни к чему хорошему. Фокусируясь на виртуальной жизни, люди забывают, что ценность в этом мире имеет только что-то материальное, чего нет в Интернете.

Ниже вы можете узнать о том, какие проблемы существуют у людей, зависящих от Интернета. Какие ведущие социальные сети наиболее популярны, и в чём их главная задумка? Работа в Интернете – реально ли это? Кто такие интернет-мошенники, и почему важно остерегаться их? И в заключение мнение социологов, психологов и общества в целом

О СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ.

# Зависимые от интернета люди

## Проблемы заниженной самооценки

Некоторые психологи уверены в том, что заядлые пользователи социальных сетей зачастую страдают от заниженной самооценки. «Интернет-пользователи наблюдают за красивой, идеальной картинкой, которой делятся другие люди, в то время как у них в жизни ничего не происходит. Наступает апатия, пропадает внутренняя мотивация к действиям. Продуктивность сходит на нет, но зато совсем не снижается интернет-активность», – рассказывает доктор психологических наук Вячеслав Аверин. Действительно, хоть Интернет и полон правды и огромного количества информации, некоторые всё равно продолжают подавать нам реальность как нечто идеальное, прекрасное и динамичное. Начинается процесс самобичевания, где человек уверен в том, что у той девушки на картинке всё намного лучше, чем у него. Здесь нет худшего варианта, чем продолжение листания ленты и подкидывание дров в огонь заниженной самооценки. Обычно именно так и продолжается эта замкнутая цепь, и только когда дело доходит до крайней стадии социопатии, суицидальных настроев, родственники начинают бить тревогу и обращаться к психологам и психиатрам. Не позволяйте себе очутиться в таком состоянии и всегда адекватно оцени-

вайте людей вокруг и собственную жизнь.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.