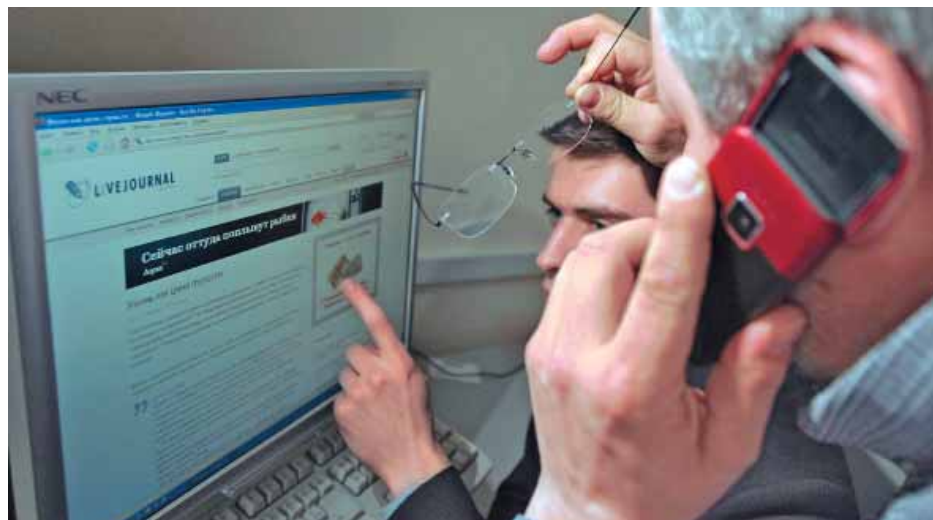


THE СОЦСЕТЬ

ПОПУЛЯРНОСТЬ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ ДАЛА ОСНОВАНИЕ СПЕЦИАЛИСТАМ ВЫДЕЛИТЬ НОВЫЙ ТИП ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ ЧЕЛОВЕКА, КОТОРОЙ ОХВАЧЕНО ПРИМЕРНО 10% НАСЕЛЕНИЯ ПЛАНЕТЫ. ВРАЧИ ЗАГОВОРИЛИ О ЗАВИСИМОСТИ ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ ОТ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ И НЕОБХОДИМОСТИ ПРОФИЛАКТИКИ ЭТОГО НЕДУГА. В СВОЮ ОЧЕРЕДЬ ЭКСПЕРТЫ, УКАЗЫВАЯ НА ПОЗИТИВНЫЕ ОСОБЕННОСТИ НОВЫХ МЕДИА, НЕ СПЕШАТ БИТЬ ТРЕВОГУ И РЕКОМЕНДУЮТ ОБДУМАННО ИСПОЛЬЗОВАТЬ ИХ ШИРОКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ. СТАНИСЛАВ ЗАЛУГОВСКИЙ

Уже который год бум интереса интернет-сообщества к социальным медиа в мире и в России никак не сойдет на нет. Разработчики постоянно совершенствуют платформы соцсетей, расширяя их функциональные возможности (просмотр видео и другого контента, онлайн-покупки и проч.), предлагают всевозможные решения для бесплатного доступа с мобильных устройств, только бы привлечь новых участников или задержать действующего пользователя на его аккаунте. Кроме того, наряду с социальными сетями для массовой аудитории появились их специализированные аналоги, рассчитанные на более узкий круг участников, объединенных общими целями и интересами, профессией или сферой деятельности. В итоге большинство интернет-пользователей одновременно имеют аккаунты в нескольких сетях для самых различных целей — доступа к развлекательному контенту, общения с одноклассниками или друзьями, поддержки контакта с партнерами или коллегами по работе и т.д. «Крючком», завлекающим пользователя в социальные сети, могут быть разные факторы — например, поиск работы (российская сеть Moikrug.ru или международная сеть профессиональных контактов LinkedIn.com), рекомендация знакомых, которые уже имеют аккаунт в той или иной сети, или «мода» (этот фактор имеет не последнюю роль в растущей популярности сети Facebook.com и сети микроблогов Twitter в нашей стране).

Как отмечают эксперты из TNS Global, интерес россиян к социальным медиа находится на неизменно высоком уровне (подробнее см. контекст «Самые популярные площадки рунета в марте 2011 года»). По данным международного проекта TNS Digital Life 2010 (онлайн-опрос интернет-пользователей в 45 странах мира), 85% российских интернет-пользователей хотя бы раз в неделю заходят на сайты социальных сетей. Для сравнения, примерно столько же — 87% и 85% от населения Китая и Бразилии с такой же регулярностью посещают соцсети. В Германии и США эти данные значительно ниже — 61% и 70% от населения соответственно. «Соцсеть как интернет-продукт продемонстрировала феноменальную скорость принятия потребителями. Так, сегодня только пользователей сети Facebook в мире насчитывается более 600 млн человек», — говорит доцент, заведующий кафедрой маркетинга национального исследовательского университета «Высшая школа экономики» в Нижнем Новгороде, кандидат экономических наук Денис Фоменков. Заслугой и достижением социальных сетей, по его словам, стало то, что они перевернули



АНДРЕЙ МАХОНИН

представления о коммуникациях, сделали их удобными и привлекательными для интернет-аудитории. «Здесь проще обмениваться мыслями и комментариями по теме, легко протестировать идею или провести экспресс-опрос, если у вас есть хорошая база активных друзей, или заняться краудсорсингом (crowdsourcing — «передача отдельных производственных функций неопределенному кругу лиц без заключения трудового договора» — «Б-Телеком») либо краудфандингом (crowdfunding — совместное микрофинансирование пользователями интернет-стартапов — «Б-Телеком»)», — продолжает господин Фоменков.

Вместе с тем, как отмечают многие эксперты, главный фактор успеха социальных сетей кроется все-таки не в новых возможностях коммуникации, а в особенностях человеческой психологии, точнее в людских слабостях — склонности к самолюбанию (формат соцсетей позволяет пользователям самостоятельно управлять содержанием их аккаунта, тем самым выделить себя среди остальных, привлечь внимание к себе) и прокрастинации (затягиванию принятия важных решений в реальности посредством времяпрепровождения в сети). Наличие каких-либо слабостей обычно несет дополнительные риски для субъекта. Так и в случае с социальными сетями — злоупотребление ими может привести не к самым лучшим последствиям. Пользователи могут чувствовать себя психологически комфортно, ежедневно пребывая в цифровом потоке, общаясь с друзьями, «лайкая» ссылки и фотографии, находясь вроде бы при деле, но в реальности не проявлять вовсе никакой активности. «Расходование слишком большого объема времени на социальные сети отрицательно

сказывается на производительности пользователей, недаром многие работодатели закрывают для сотрудников доступ на подобные сайты с рабочих компьютеров», — отмечает Денис Фоменков, добавляя при этом, что начинать день именно в соцсети не преступление, поскольку эти ресурсы уже давно стали «точкой входа» в интернет. «Та же роль когда-то принадлежала и поисковикам. Это не зависимость, а просто пользовательский интерфейс в духе времени», — заключил эксперт.

«Влияние социальных сетей, равно как и влияние интернета в целом, на психическое здоровье трудно охарактеризовать однозначно», — говорит руководитель отдела экологических и социальных проблем психического здоровья Государственного научного центра социальной и судебной психиатрии им. В.П. Сербского, доктор медицинских наук, профессор Борис Положий. С одной стороны, он относит интернет к наиболее значимым достижениям современной науки с точки зрения организации процессов обмена информацией. С другой стороны, господин Положий предупреждает, что немалое пользование интернета потенциально несет риск формирования у человека патологической зависимости, вытеснения из его жизни реального мира с заменой на виртуальный. «Интернет-зависимость относится к так называемым «болезням цивилизации», а более конкретно — к аддиктивным расстройствам, то есть психическим заболеваниям, характеризующимся стремлением к уходу от реальности путем искусственного изменения своего психического состояния (по аналогии с алкоголизмом, наркоманией или игроманией)», — продолжает Борис Положий. Суть этого заболевания, по его словам, заключается в появлении па-

тологической, достигающей неодолимой степени тяги к пребыванию в сети. В мире число лиц, страдающих интернет-зависимостью, достигает 10% от общего числа пользователей, тогда как в России — 4–6%. Наиболее подвержены развитию данной зависимости люди, отличающиеся повышенной тревожностью, частыми перепадами настроения и отсутствием умения конструктивного решения проблем. «До последнего времени выделялось пять типов интернет-зависимости (зависимость от компьютерных игр, порносайтов и др.). Сейчас к ним добавился еще один — патологическая зависимость от социальных сетей», — утверждает Борис Положий. Среди признаков недуга он назвал пребывание в социальных сетях более 40 часов в неделю, дезадаптацию в личной, семейной, учебной, профессиональной сферах жизни, вызванную утратой интересов к реальным проблемам и невыполнением своих социальных функций. Кроме того, тревожным сигналом могут быть физические нарушения (головные боли, боли в спине, сухость в глазах, онемение и боль в пальцах рук), сужение круга прежних интересов, колебания настроения вплоть до развития стойкой депрессии, конфликты в семье и на работе, невозможность критической оценки собственного поведения, а также неадекватные эмоциональные реакции при невозможности пользоваться социальными сетями.

«В случае уже развившейся зависимости от социальных сетей необходима специализированная медико-психологическая и психотерапевтическая помощь», — подчеркнул Борис Положий. В США, например, в этом направлении активно работают специальные центры помощи людям, страдающим интернет-зависимостью. Занимаются этой проблемой и в России, в частности в Москве такую помощь оказывают в Государственном научном центре социальной и судебной психиатрии им. В.П. Сербского.

В качестве мер профилактики заболевания Борис Положий предлагает просвещать население о безопасной работе в интернете, в частности в социальных сетях и рисках возникновения психических расстройств, проводить специальные образовательные курсы для родителей, педагогов и учащихся, направленных на формирование у детей и подростков интересов в области реальной жизни, на воспитание в них самодостаточной личности. «Но все, конечно, зависит от самого человека. Как писал Альбер Камю, «научитесь справляться с одиночеством — и вы не будете зависимы»», — заключил эксперт. ■

ТОПЫ

Самые популярные площадки рунета в марте 2011 года

- 1. ЯНДЕКС (37 ПРОЕКТОВ) — АУДИТОРИЯ 16,6 МЛН**
- 2. MAIL.RU (33 ПРОЕКТА) — АУДИТОРИЯ 14,6 МЛН**
- 3. VKONTAKTE.RU — АУДИТОРИЯ 13,2 МЛН**

Также в Топ-10 ресурсов интернета в России попали Odnoklassniki.ru, Google (ru+com), Rambler (30 проектов), Wikipedia.org, Youtube.com, LiveJournal.com и Gismeteo.ru.

ЛИДЕРЫ

по проведенному пользователями времени в марте 2011 года

- 1. VKONTAKTE.RU — В СРЕДНЕМ 43 МИН. В ДЕНЬ**
- 2. ODNOKLASSNIKI.RU — 26 МИН. В ДЕНЬ**
- 3. ПРОЕКТЫ MAIL.RU — 16 МИН. В ДЕНЬ**

Источник: TNS Web Index