**Тема сочинения:** «Современные социальные сети-ловушки для подростков»

**Автор:** Кравченко Диана Муслимовна, ОГАПОУ «Белгородский правоохранительный колледж имени Героя России В.В. Бурцева», г. Белгород, Белгородская область

**Руководитель:** Мишурова Елена Викторовна, преподаватель русского языка и литературы

**Аннотация:** Тема сочинения актуальна в современных реалиях жизнедеятельности человека, особенно для молодого поколения. В нем раскрыты значение интернет-общения для подростков, определены его негативные стороны, ведущие к определенным нарушениям, в том числе психического развития и возникновения различных заболеваний. В сочинении определены отрицательные моменты постоянного присутствия в социальных сетях. Определены рекомендации, которые, помогут избежать различных негативных последствий от всех видов кибербуллинга и зависимости от социальных сетей подростков. Подчеркнута необходимость ограничения присутствия в сети интернет, особенности в социальных сетях.

Каждодневно в транспорте, на дороге в городе, в парке, в больнице, в кафе, школе, колледже, да, впрочем, везде, мы видим одну и ту же картину, в независимости от времени года, от настроения, занятости, каких-либо обстоятельств: человек и в руке у него гаджет, позволяющий без особого труда, одним лишь только движением большого пальца правой руки, зайти на просторы интернет -пространства, которое полностью поглощает нас, затягивая во всемирную интернет – паутину.

Действительно, в настоящее время нет ни одного человека на земном шаре, который бы не пользовался интернетом, ведь именно он выступает неотъемлемой частью современного мира.

Мы с помощью интернета можем найти любую интересующую нас информацию и отыскать на его просторах ответы на совершенно разные вопросы, открывая различные источники информация, начиная с википедии и заканчивая различными справочниками и энциклопедиями, следовательно, сеть интернет – огромный и богатый источник знаний. Мы можем с легкостью и безгранично общаться в различных мессенджерах, социальных сетях, которые позволяют завести новые знакомства на любом континенте, данный факт является одним из главных моментов жизни современных подростков.

Запись к врачу, отправка документов через электронную почту, покупка билетов, продажа мебели, поиск работы, онлайн-консультации, просмотр фильмов, прослушивание музыкальных композиций, многообразных обучающих контентов от рукоделия до продвижения товаров современных брендов - и это лишь малая часть того, что можно реализовать с помощью безграничных возможностей интернета.

Мы смело можем утверждать, что интернет - это своеобразный мостик, который соединяет воедино активного пользователя, от ребенка до пожилого человека, и виртуальный мир, ставший нашей повседневной жизнью как у взрослого человека, так и у подростка.

Но, как мы знаем, у любой медали есть две стороны и они, к сожалению, противоположны друг другу. Лично для меня, как для и любого подростка, интернет, в первую очередь, способ виртуального общения, которое в большинстве случаев происходит в социальных сетях: в контакте, одноклассники, Телеграмм и других онлайн-платформах.

Но помимо простого общения с друзьями в общем чате, с которыми ты знаком по школе, детскому саду, колледжу или просто по лестничной площадке одного дома, есть и негативные моменты, когда у тебя есть личная страница в соцсети.

Я считаю, что в последнее время, люди стали, мягко говоря, злыми, завистливыми и очень жестокими по отношению друг к другу, и именно в этот момент происходят определенные отрицательные социальные онлайн-явления.

Одно из значимых явлений — это онлайн-травли (кибербуллинг), которые происходят из-за конфликта интересов или разногласий, например, на основе национальных, политических и культурных различий, может травля происходить из-за мести, злости, обычной зависти, и единственное, чего не хватает человеку, затеявшему данное мероприятие, это смелость высказать напрямую в реалии свои претензии в лицо.

Также может быть и троллинг подростков, который происходит в тех случаях, когда провоцируют у них негативную психологическую реакцию, вызванную оскорблением, провокацией сообщений, комментарием под фотографией, издевок, и специально создают конфликты.

Могут быть и интернет-преследования, где подростку на психологическом уровне втираются в доверие взрослые и просят прислать им очень личные фотографии, и, когда это происходит, начинается шантаж, что расскажут родителям и покажут переписку, у подростка возникает страх, боязнь огорчить или разочаровать своих родителей.

Еще, по моему мнению, в социальных сетях, очень много навязчивой рекламы, и мне, как подростку, бывает интересно зайти на сайт данной рекламы, и когда это происходит, то по факту это платный ресурс, то есть очередной вид мошенничества.

Самое опасное в социальных сетях - определенные сообщества, которые сначала прощупывают морально-психологическое состояние и выходят на беседу, раздают опасные «задания», которые могут навредить здоровью и даже привести к летальному исходу.

Негативный момент во всех этих позициях является в том, что подростка, который подвергается этим явлениям, мучает бессонница, у него появляется депрессия и стрессы, происходят срывы на окружающих, скандалы с родителями, возникает чувство безысходности, занижается самооценка, то есть происходит давление на психику, он может сделать с собой все что угодно.

Хотелось бы отметить из моего личного опыта, что социальные сети затягивают, и порой настолько глубоко, что я не слышу просьбы членов моей семьи, меня раздражает тот факт, что мне приходится отвлекаться от просмотра роликов или виртуального общения, которое заменяет мне реальный мир, мне не хочется ничего делать, ничем заниматься, даже гулять с друзьями в тягость, я становлюсь замкнутой и привязанной к сетям, очень сладок этот «запретный интернет-плод», от которого не хочется отрываться и только погружаться в него с головой каждый день, все уходит на второй план.

На основе вышеизложенного, можно сделать вывод о том, какие отрицательные моменты есть от того, что подростки напролет сидят в соцсетях:

 - постоянное времяпровождение в социальных сетях приводит к ухудшению здоровья, а именно ухудшается зрение, что касаемо психологической составляющей, то подросток становится раздражительным, стрессует и депрессует, ухудшается режима сна, что пагубно влияет на подростковый организм;

* возрастает конфликтность между подростком и родителями;
* резко сужается круг интересов подростка до любимой социальной сети;
* теряются коммуникативные навыки при общении между подростками, и реальное общение сводится к двум позициям «привет» и «как дела?», на этом, к сожалению, и все.
* по моему мнению, может даже ухудшиться успеваемость по предметам в школе, колледже, так как все свободное время занимают социальные сети, интернет.

Хоть я и подросток, но сейчас по-настоящему, задумываюсь над этим вопросом, над этой современной проблемой молодого поколения, чтобы я делала, если бы у меня был такой ребенок, который бы был зависим от социальных сетей.

И ответ приходит сам собой, так как есть пример моей мамы, напоминающей мне зайчика из рекламы батареек Energizer, которая в любую погоду и время года всегда готова путешествовать, бежать на творческие вечера и мероприятия, не тратящая время на социальные сети и воспринимающая их только как способ исключительного делового общения, которая помогает мне выбраться из виртуального пространства и делает все возможное, чтобы не терять ни одной минуты просто зря, тупо просиживать за очередной порцией виртуального общения.

И я могу предложить несколько практических рекомендаций, которые, я надеюсь, в дальнейшем помогут избежать различных негативных последствий от всех видов кибербуллинга и зависимости от социальных сетей подростков.

Во-первых, я считаю, что самое главное, что должен усвоить любой подросток, — это доверительные беседы и отношения с родителями, которые помогут принять правильное решение, если вдруг будет давление от постороннего человека в сети на какие-либо провокации и призывы, так как мы, подростки, еще не сформировались с точки зрения психологии, и мы очень доверчивы и восприимчивы, не умеем отличать финиковую информацию от действительно правильной и достоверной.

Во-вторых, больше разнообразить досуг как с родителями, например, чаще посещать кинотеатры, театры, галереи, выставки, так и в школьное время, с классным руководителем, организовывать мероприятия как спортивного типа, так и творческого характера, культпоходы.

Во-третьих, конечно же, я считаю, что каждый подросток в обязательном порядке, помимо школы, должен посещать хотя бы один кружок, пусть это будет спортивная секция, танцевальное направление, театральное искусство и т.д.

В любом случае, у подростка будет занят максимум времени, которое он проведет с пользой для себя и своего здоровья, и минимум будет сидеть в сети и подвергаться негативу и поддаваться отрицательным эмоциям.

Да, я ни в коем случае не говорю о том, что нужно жестко ограничить использование интернета и социальных сетей подросткам, просто все должно быть в меру, в балансе и применяться как вспомогательные ресурс в помощь молодому поколению, а не во вред, тем более его здоровью. Я считаю, что отдавать предпочтение подросткам нужно все же реальному общению, а не виртуальному, ведь новые знакомства — это живые эмоции, переживания и радость от взаимного обмена информацией с родными людьми, прогулки в парках и посещение различных творческих мероприятий, путешествия, саморазвитие, даже от простого дедовского способа, прочтение обычной книги, а не электронной, приводит в восторг и вызывает фейерверк положительных эмоций – все это маленькие радости каждого дня, которые переходят в приятные воспоминания длинною в целую насыщенную жизнь. И в завершении хочу сказать, а вернее обратиться к подросткам, таким же, как и я, не теряйте реальность, ради виртуальности, чтобы потом не потереть реального себя, ведь реальность круче виртуальности!