2. Конституция Республики Беларусь : конституц. закон от 15 марта 1994 г. (с изм. и доп.) // Нац. правовой Интернет-портал Респ. Беларусь. – URL: https://president.gov.by (дата обращения: 10.04.2026).
3. Концепция непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи в Республике Беларусь : постановление М-ва образования Респ. Беларусь от 15.07.2015 г. № 82. – Минск, 2015. – 29 с.
4. Актуальные вопросы воспитания детей и учащейся молодежи : материалы Респ. (с междунар. участием) науч.-практ. конф., Брест, 4 нояб. 2022 г. / под общ. ред. Т. А. Ковальчук. – Брест : БрГУ, 2022. – 178 с.
5. Гражданское и патриотическое воспитание на основе деятельностного подхода : метод. материалы / БГПУ им. М. Танка. – URL: https://elib.bspu.by (дата обращения: 11.04.2026).

УДК 613.96:004.738.5

СОВРЕМЕННЫЕ АСПЕКТЫ ВЛИЯНИЯ ЦИФРОВОЙ СРЕДЫ НА ЗДОРОВЬЕ МОЛОДЕЖИ

А. С. Снытко

Учреждение образования «Гродненский государственный медицинский университет», Республика Беларусь

Научный руководитель Ю. С. Севенко

Информационные технологии – от социальных сетей до использования нейросети – являются неотъемлемой частью жизни как государства и общества в целом, так и отдельно взятого человека. Объемы информационных потоков совместно с вовлеченностью людей в этот способ коммуникации с помощью современных технических средств лишь растут. Таким образом, возрастает роль цифровой среды и ее содержимого в сохранении здоровья населения страны.

Ключевые слова: цифровая среда, канал связи, информация, дезинформация, здоровье населения, здоровый образ жизни, молодежь.

MODERN ASPECTS OF THE DIGITAL ENVIRONMENT'S INFLUENCE ON NATIONAL CULTURAL IDENTITY AND NATIONAL HEALTH

A. S. Snytko

Grodno State Medical University, the Republic of Belarus

Scientific supervisor U. S. Sevenko

Information technologies, from social networks to the use of neural networks, are a crucial part of the life of both the state and society as a whole, as well as of each individual. The volume of information flows and the number of people involved in this form of communication using modern technology are only growing. Thus, the role of the digital environment and its content in maintaining the health of the country population's is increasing.

Keywords: Digital environment, communication channel, information, misinformation, public health, healthy lifestyle, youth.

К XXI в., благодаря развитию информационных технологий, были созданы социальные сети, средства массовой информации, видеоплатформы. Именно они сегодня выполняют роль основного накопителя и передатчика информации, так называемого канала связи, доступного каждому члену общества. Вместе с появлением нового способа передачи информации начались и процессы изменения социального

взаимодействия – сейчас каждый имеет в своем распоряжении мобильный телефон, персональный компьютер, обеспечивающие его бесперебойной связью с другими людьми, с цифровой средой. Человек непрерывно находится «online», поглощая невероятные до настоящей эпохи объемы информации. На первый взгляд кажется, что именно сейчас, благодаря технологическому прогрессу, каждому индивидууму доступна вся необходимая информация по любому интересующему его событию или вопросу, и при этом для ее получения достаточно приложить минимум усилий. Однако вместе с «информационным изобилием» обострилась потребность в умении определения качества информации, ее достоверности. Ведь именно всеобъемлющая цифровая среда, каналами для сообщений в которой служат социальные сети, видеоплатформы и другие приложения, создала идеальные условия для распространения дезинформации.

С момента зарождения сети Internet проблема характеризовалась наличием разрозненных недостоверных источников информации о различных исторических, политических фактах и спекуляций о них. Уже тогда стал очевидным тот факт, что информационная среда, нерегулируемая нормами морали и нравственности, дающая абсолютную свободу и безнаказанность, является благоприятной почвой для проведения различного рода манипуляций. Так, с учетом того, что сегодня вклад цифровой среды в обеспечение коммуникации между людьми только растет, соответственно возрастает и отрицательное влияние данной среды на национальную культурную идентичность и социальное здоровье общества. Ведь ранее разрозненные сообщения, содержащие дезинформацию, теперь представляют собой цельный инструмент в ведении гибридных войн. Именно целенаправленное использование цифровой среды в качестве канала связи для осуществления передачи данных сообщений применяется для подрыва национальной идентичности и здоровья нации. Сейчас огромное количество спекуляций, основанных на искажении исторических фактов и актуальных мировых событий, наводняют цифровую среду.

Вместе с дезинформацией человек обрабатывает и данные, по содержанию не соответствующие моральным и нравственным установкам общества и индивидуума в частности. И для того, чтобы противостоять потоку дезинформации, каждому отдельно взятому человеку необходимо прикладывать неимоверные умственные усилия для фильтрации получаемых данных. В совокупности с уже чрезвычайно большим объемом информации, который человек потребляет ежедневно, возникает перегрузка нервной системы. Данное явление значительно повышает риск возникновения тревожных расстройств. Так, одним из наиболее характерных расстройств является генерализованное тревожное расстройство. Основным симптомом является тревога, которая не ограничивается определенными средовыми обстоятельствами и носит стойкий генерализованный характер [1]. Генерализованное тревожное расстройство имеет тенденцию к хронизации и волнообразному течению, непосредственно связано с хроническим средовым стрессом [1]. Еще одним расстройством, сопряженным с перегрузкой информации, является паническое расстройство. Ведущими симптомами являются повторные приступы тяжелой тревоги (паники). Приступы сопровождаются жалобами, сходными с таковыми при генерализованном тревожном расстройстве, однако важным отличием является возникновение чувства нереальности, непреодолимый страх смерти, потери контроля или сумасшествия [1].

Также необходимо отметить, что вместе с расстройствами психики, характерны и нарушения физического здоровья. В современных условиях человек проводит ог-

ромное количество времени за экраном смартфона/компьютера, что обусловливает возникновение ряда факторов риска развития заболеваний различных систем организма. Так, гипокинезия является фактором риска развития ряда заболеваний сердечнососудистой и эндокринной системы. На первый план выступает ожирение, обусловленное избыточным поступлением энергетических ресурсов, что, в свою очередь, оказывает значительный негативный эффект на метаболизм, являясь фактором риска развития таких заболеваний, как атеросклероз, артериальная гипертензия, сахарный диабет, варикозное расширение вен нижних конечностей, желчнокаменная болезнь, инфаркт миокарда, инсульт. В дополнение необходимо отметить, что длительное использование смартфона/компьютера напрямую связано с возникновением миопии (близорукости) и развитию осложнений данного заболевания, в том числе отслойки сетчатки.

Для оценки влияния цифровой среды на здоровье молодежи, как самой активной части общества, был проведен социологический опрос. В результате было установлено, что причинами использования смартфона/компьютера являются учеба (98 % выбрали опрошенных), связь (92 %) и развлечения (90 %) [2]. При этом 40 % респондентов тратят свыше 6 часов в сутки на использование гаджетов и 43 % тратят от 3 до 6 часов [2]. Указанные данные обусловливаются глубоким уровнем внедрения цифровых технологий в повседневный быт современного человека. Далее с целью оценки поведенческих реакций и мышления в зависимости от цифровой среды, а также по причине широкой распространенности данного вида досуга в молодежной среде респондентам было предложено ответить на вопросы о видеоиграх. Было выявлено, что 73 % респондентов увлекаются видеоиграми [3]. При следовании реакций респондентов во время стрессовых ситуаций были получены следующие данные. В случае если респондента отвлекают от игры, 82 % ответили, что немедленно «оторвутся от экрана». В вопросе о наличии конфликтов из-за видеоигр с родителями 73 % [2] опрошенных указали, что подобных конфликтов не возникает, при это в вопросе направленном на оценку зависимости от видеоигр 86 % отметили, что если игра не приносит удовольствия, они немедленно прекратят сеанс [2]. Отдельно необходимо отметить результаты ответов на вопрос о том, ка респонденты проводят свободное время – всего 36 % тратят его исключительно на гаджеты и 54 % респондентов проводят время за подготовкой к учебе, встречи с друзьями, прогулки и т. п. [2]. Из продемонстрированных выше данных следует, что цифровые технологии действительно глубоко укоренились в быту молодежи в соответствии с общемировыми тенденциями, однако на примере видеоигр видно, что психической зависимости от них не наблюдается.

Сегодня жизнь человека, социума и государства прочно связана с цифровыми технологиями, которые вместе с огромной выгодой приносят и новые вызовы за счет негативного влияния контента цифровой среды на национальную и культурную идентичность и здоровье народа. Тем не менее цифровые технологии и представляют собой эффективный способ противодействия подобным вызовам современности за счет заполнения информационного пространства данными, направленными на опровержение фальсификаций, пропаганде здорового образа жизни, проведения санитарно-просветительской деятельности. Также заметен процесс адаптации социума к новым насыщенным информацией реалиям, что отчетливо видно на самой активной части общества – молодежи, что характеризует развитие значительно лучшей приспособленности к цифровой среде населения в ближайшем будущем.

Литература

1. Частная психиатрия : пособие для студентов лечеб. и педиатр. фак. / В. А. Карпюк [и др.] – Гродно : ГрГМУ, 2012. – 152 с.
2. Снытко, А. С. Влияние видеоигр на мышление и эмоциональное состояние человека / А. С. Снытко, Ю. С. Севенко // Философские, этические и исторические проблемы медицины : материалы шестой междунар. науч. конф. молодых ученых и студентов, 2 апр. 2024 г. – Иваново, 2024. – С. 85–87.

УДК 796.011.3-057.875

СПОРТ В ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ ГГТУ: 5 ЛЕТ СПУСТЯ

У. С. Северинец

Учреждение образования «Гомельский государственный технический университет имени П. О. Сухого», Республика Беларусь

Научный руководитель А. Ю. Савенко

Представлены результаты сравнительного социологического исследования, проведенного в 2026 г. среди студентов инженерных специальностей ГГТУ им. П. О. Сухого. Выявлена динамика отношения молодежи к здоровому образу жизни и спортивной активности в постпандемийный период на основе сравнения полученных данных с результатами предыдущих исследований. Особое внимание уделено структуре спортивных предпочтений студентов, уровню их вовлеченности в коллективные и экстремальные виды спорта.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, спортивная активность, студенческая молодежь, социологическое исследование, Олимпийские игры, физическая культура.

SPORTS IN THE LIVES OF SSTU STUDENTS: 5 YEARS LATER

U. S. Severinets

Sukhoi State Technical University of Gomel, the Republic of Belarus

Scientific supervisor A. Y. Savenko

This article presents the results of a comparative sociological study conducted in 2026 among engineering students at Sukhoi State Technical University. The study identifies trends in young people's attitudes toward a healthy lifestyle and sports activity in the post-pandemic period by comparing the data obtained with the results of previous studies. Particular attention is paid to the structure of students' sports preferences and their level of involvement in team and extreme sports.

Keywords: healthy lifestyle, sports activity, student youth, sociological research, Olympic Games, physical culture.

В последнее время здоровый образ жизни стал актуальной темой для обсуждения. В нашем университете 5 лет назад уже проводилось исследование отношения современной молодежи к спорту и здоровому образу жизни в период пандемии COVID-19. Тогда жизнь поменялась в кратчайшие сроки, и многие люди стали меньше заниматься спортом из-за опасения заразиться в спортзалах и бассейнах [1].

В нашем учебном социологическом исследовании, проведенном в 2026, под эгидой социологической лаборатории ГГТУ им. П. О. Сухого, мы предприняли попытку ответить на вопрос, какое место занимает спорт в жизни студентов 5 лет спустя после завершения противоковидных имени ограничений. В ходе исследования