НАУЧНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР «ЭРУДИТ»

VII Международный дистанционный конкурс исследовательских работ

Гуманитарные науки:

Психология

(Наименование направления)

**«Проблемы виртуального общения»**

(Наименование работы)

Дущенко Михаил

(Фамилия и имя автора работы)

ГБПОУ РО «ТАВИАК» им. В.М. Петлякова

(Учебное заведение)

Научный руководитель:

Николаенко Дарья Михайловна

г. Таганрог

2016

[Ведение 3](#_Toc465592342)

[Глава 1. Я то, что я пишу! 4](#_Toc465592343)

[1.1. Правила обмена электронными письмами 4](#_Toc465592344)

[1.2. 15 правил общения в социальных сетях, за которые Вас начнут уважать 8](#_Toc465592345)

[Глава 2. Потерянное «Я» 13](#_Toc465592346)

[1.1. Виртуальное и Реальное общения 13](#_Toc465592347)

[1.2. 8 проблем виртуального общения, которые оставляют свой отпечаток в реальной жизни. 15](#_Toc465592348)

[Заключение 18](#_Toc465592349)

[Список литературы и интернет ресурсов 20](#_Toc465592350)

# Ведение

Сегодня каждый из нас имеет возможность общаться друг с другом живя в разных уголках мира, страны, города, в любое время дня и ночи, моментально получая ответ на свое обращение. Каждый способен найти себе собеседника по различным интересам, вкусам, хобби, занятиям и другим увлечениям, задавать любые вопросы и получать самые разнообразные ответы. Да, речь идет о виртуальном общении, общении посредствам интернета, общении на расстоянии, быстро, тайно. Кроме того, ведя переписку в интернете, у каждого есть возможность добавить к своим словам различные файлы: графические, медиа, видео и другие, что бесспорно улучшает времяпровождение в переписке с каким либо человеком, в чате или на форуме.

Идея написания письма и отправки его для прочтения/уведомления другому адресату появилась еще в древнем Риме, если не раньше. Но в отличие от нашего времени их объем и, быть может даже смысл, были куда больше, важнее: письма писались императорами и царями для уведомления в чем-то других политических глав, или обращения к народу. Но тогда чтобы нужный адресат получил письмо, его необходимо было переслать гонцом, что занимало большое количество времени. Даже в наше время, чтобы отправить кому либо бумажное письмо и получить от него ответ - необходимо время, это может занять день, два или даже неделю, а то и месяц. Поэтому очевидно, что электронная переписка очень сильно упрощает общение.

Но даже в этом, на первый взгляд безобидном и полезном, способе обмена информацией есть огромное количество проблем, которые незаметно пробираются в нашу жизнь, становясь обыденностью и не вызывая каких либо подозрений о своем существовании, но обыденное и скрытое, не значит хорошо и полезно.

Целью данной работы является определение проблем возникающих при виртуальном общении. Что-же может быть такого «ужасного» в электронной переписке от чего волосы на голове становятся дыбом, что может вызывать дискомфорт и отвращение при просмотре почты, и как нам самим не стать тем отправителем, чьи письма сразу же будут отправляться в «корзину» не прочтенными? Какими следует пользоваться правилами и какой следует соблюдать этикет, перед тем как нажать на кнопку «Отправить»? И наконец, как виртуальное общение может повлиять на общение в реальном мире, какими окажутся последствия при злоупотреблении необходимыми для нас на сегодняшний день возможностями, как с ними бороться и нужно ли?

# Глава 1. Я то, что я пишу!

Что значит «писать верно» или как это сейчас называют «Этикет электронной почты»? Достаточно часто стоит только войти в какой либо чат, на форум или открыть папку «входящие» как тут же в очередной раз приходится убеждаться, что большинство людей мало представляют себе каким должно быть его сообщение/письмо другому человеку, чтобы тот мог правильно его понять и ответить наиболее верно. Оно и верно, ведь нас никто не обучал как ненужно писать сообщения, но ведь рано или поздно настает момент, который показывает, что не знания этикета это все же проблема и весьма большая.

Чтобы не путаться в правилах, относящиеся к различным сферам нашего общения в сети, разделим их на два пункта: Правила деловой переписки, в которой определим, насколько полезно будет соблюдать этикет и как эти знания смогут помочь нам при общении с деловыми людьми; и Правила общения в социальных сетях, форумах, чатах, где есть большое количество самых разнообразных людей, готовых понять Вас правильно или не совсем.

## 1.1. Правила обмена электронными письмами

Представьте, что Вы пишите письмо своему самому дальнему родственнику, что в нем будет обязательно? Да, рассказ о том, как замечательно Вы отдохнули прошлым летом в Сочи, или какой прекрасный ремонт Вы сделали в своей квартире, это само собой. Но, как правило, в письме существуют не менее важные поля, такие как адрес назначения, чтобы письмо не вернулось к вам обратно, или более того, верный адрес назначения, чтобы о новом платье Вашей дочери не прочитал кто-либо другой. Также мы можем включить сюда тему письма, чтобы родственник зря не волновался, по возращению домой с почтового пункта, размышляя, что же содержит в себе письмо. Имя отправителя, это может показаться очевидным, но все же. В этом случае, было бы весьма обидно если из-за неверно-заполненного какого либо поля в письме нам бы вернули его обратно, и что самое интересное, спустя не малое количество времени. А если бы там было что-то важное? Электронное письмо же конечно отличается от письма на бумажном носителе, но наличие ошибок в нем также может доставить немало хлопот.

Основной список правил написания электронного письма, который значительно украсит Ваше письмо еще до того как его прочтет получатель.

**Правило 1. При оформлении электронного письма в обязательном порядке заполняйте все поля.**

В общем виде структуру делового электронного письма можно представить в следующем виде:

1. Адрес и имя отправителя.

2. Адрес получателя.

3. Тема письма.

4. Приложение.

5. Письмо, состоящее из приветствия; основного текста письма; заключения; и подписи.

**Правило 2. Адрес и имя отправителя должны быть узнаваемыми.**

Не совсем удобно, или может - совсем неудобно, когда на твою почту приходит письмо, имя в котором, например Tvoi\_Kotenok@mail.ru или Zaika72@Gmail.com. Письма с такими именами я сразу же отправляю в корзину, потому как ничего особенного там для себя я не найду, т.к. это попросту либо спам, либо вирус. Если же конечно я не ожидаю письма от человека с таким именем, но все равно, затеряться такому письмо будет весьма легко, а значит, ответа на такое письмо отправитель может не получить. По этому, электронный адрес для деловой переписки (или же просто дружеской) должен содержать в себе Ваше настоящее имя и фамилию, например, Michail.Dushenko@Gmail.ru, которое будет вызывать наибольшее доверие у получателя.

**Правило 3. Обязательно заполняйте графу «Тема Письма».**

Данный момент наиболее важный, и в своем роде сложный, ведь здесь предстоит выбрать тему Вашего письма, которая будет олицетворять, и обобщать весь текст из письма. Наличие правильной темы значительно облегчает работу в электронной почте. Ведь при просмотре списка писем именно тема может повлиять на то, отправится ли это письмо в корзину, либо его прочтут, особенно если имя и адрес отправителя Вам ничего не говорят. Поэтому обязательно научитесь правильно составлять тему: она должна привлечь внимание получателя, быть краткой и по существу. Чем более понятно и заманчиво будет звучать тема Вашего письма, тем больше вероятности, что его прочтут.

**Правило 4. Используйте «Re:» только для ответа**

Обычно, прочитав электронное письмо и желая на него ответить, Вы нажимаете с помощью мышки соответствующую кнопку на экране монитора, и вам открывается форма для составления ответа, в которую уже вставлены адрес Вашего собеседника, текст его письма, а также тема его письма, перед которой значится «Re:». Следует иметь ввиду, что «Re:» является аббревиатурой английского слова «Reply:» или «Response:» и означает «Мой ответ на:». Поэтому если тема письма меняется, то обязательно уберите этот символ. И это вовсе не пустяк, как Вы можете подумать: «Re:» в сочетании с новой темой будет выглядеть откровенно глупо и введет адресата в заблуждение, так как он может подумать, что получил ответ на письмо, которое он не писал. (Ильяшенко, 2009)

**Правило 5. Вставляйте адрес получателя в последнюю очередь.**

Случалось ли вам когда нибудь получать письмо от кого то, текст которого прерван не в самом лучшем месте? Вдогонку, к которому сразу же приходило новое письмо, вроде бы с окончанием обращения, но написанного на скорую руку и «Happy end» которого явно высосан из пальца? Во избежание таких вот неловких моментов стоит помнить, что адрес получателя необходимо вставлять только тогда, когда письмо дописано, проверено и готов к отправке. Также нужно быть внимательнее с кнопкой «Ответить», убедитесь, что Вы отправляете письмо тому, кому хотели.

**Правило 6. Обязательно пишите приветствие, состоящее из приветственного слова и имени получателя, перед основным текстом письма.**

Не забывайте, что приветствие - это хороший тон поведения человека, которому нас учат с детства. В электронном общении также важен уровень Вашего воспитания, поэтому чтобы Вас вдруг кто-то не посчитал не воспитанным и грубым необходимо приветствие в письме, которое играет важную роль, и способствует лучшей установке контакта между людьми.

В качестве приветствия используйте форму обращения: «Добрый день, уважаемый(ая) «имя, отчество»!». Обратите внимание, что в русском языке восклицательный знак после обращения ставится обязательно, в независимости от жанра переписки. Но не стоит злоупотреблять восклицательными знаками и ставить их порядка 3 или более!!! Получатель может подумать, что Вы кричите, а это не самый лучший способ вести диалог.

**Правило 7. Правильно структурируйте свое письмо.**

Поскольку чтение c экрана монитора гораздо сложнее, чем чтение с бумажного носителя, очень важно правильно структурировать электронное письмо. Разбивайте Ваш текст на логические абзацы и вместо чересчур длинных предложений используйте несколько коротких. Старайтесь, чтобы Ваши предложения содержали не более 15-20 слов. Отделяйте абзацы друг от друга отступом или пустой строкой. (Ильяшенко, 2009)

**Правило 8. Будьте краткими и выражайте мысли по существу.**

Если Вы пишите занятому, деловому человеку, то его время, отведенное для Вас, это его деньги, которые он не торопится терять понапрасну. Помните, ничего лишнего! Не третье свои силы на представление себя любимого, и на рассказы чем Вы занимаетесь, как сильно рады общению с этим человеком и как многое хотели бы до него донести. Ваше письмо все равно отправиться в корзину и чем больше там о Вас, тем менее интересно получателю, а значит, тем быстрее он кликнет на кнопку «удалить». Начните с цели письма, она должна быть четко сформулирована в первом предложении. Если первые предложения сформулированы правильно, то существует очень большая вероятность, что получатель Вашего письма прочтёт его до конца.

Электронное письмо в отличие от обычного предназначено для быстрой передачи информации, поэтому постарайтесь не отправлять длинные электронные сообщения. Если вам необходимо переслать важную информацию, содержащую большой объем, то лучше составить краткий сопроводительный текст в электронном письме, а саму информацию оформить в виде вложения. (Ильяшенко, 2009)

**Правило 9. Составляя ответное письмо, отвечайте на все заданные вам вопросы.**

Очень часто люди не способны ответить даже на два заданных им вопроса, они выбирают последнее (второе) и считают, что выполнили все, что от них требовалось. А говорить о ряде вопросов, которые весьма легко обойти, ссылаясь, что банально упустил из виду, уже и отпадает желание. Таким образом, очень неэтично с Вашей стороны замалчивание вопросов - ведь человек, задавший его вам, скорее всего ожидает ответа, но не получает его в письме. Если Вы все же затрудняетесь дать ответ, то непременно нужно об этом сказать, ведь тогда собеседнику придется снова задать вопрос, и тогда уже замалчивание будет сложнее, да и постоянная беготня от вопросов не лучший метод ведения переписки.

**Правило 10. Прежде чем отправить письмо, проверьте орфографию, грамматику и пунктуацию.**

Знать правила родно языка - вещь нужная и благородная, и, к сожалению не все могут похвастаться идеальными знаниями написания текста. Стройте свои фразы более грамотно с точки зрения орфографии и грамматики. Это очень важно, не только потому, что неграмотно написанное письмо может испортить впечатление о Вас, но и потому, что очень трудно читать текст без запятых и точек. Тем более, если есть программы, которые способствуют написанию «правильного» текста, то почему бы ими не воспользоваться?

**Правило 11. На электронные письма обязательно нужно отвечать.**

Электронная почта - это связь с другими людьми, и для этого немного вежливости не помешает. По правилам этикета на электронные письма обязательно нужно отвечать, а время ответа не должно превышать трех суток. Помните, что если Вы не отвечаете на письмо в течении этого времени, то это явный отказ от общения, что совсем не выставляет Вас в лучшем свете, и при этом еще значительно обижает человека, оправившего вам письмо.

При получении незатребованных писем от неизвестных людей, можно на них не отвечать. Их можно удалять, не читая. Не получив ответа, корреспондент должен Вас правильно понять. Если не поймет и отправит повторное письмо, нарушителем этикета будет он, а не Вы. Тем более что незатребованное письмо может оказаться спамом и любой ответ позволяет спамеру считать, что контакт установлен. (Ильяшенко, 2009)

**Правило 12. Не пишите ПРОПИСНЫМ ШРИФТОМ**

Во-первых, это не красиво, и смотрится весьма ужасно. Поэтому, не стоит вызывать недоумение собеседника, и заставлять его разбираться ВО ВСЕМ ЭТОМ.

Во-вторых, выделенные так несколько слов лучше подчеркивают важность этого места.

И, в-третьих, Если же Вы все-таки пишите прописными буквами, то это кажется, будто Вы кричите, из-за этого у читателя может появиться раздражение или другая нежелательная реакция, которая Вас совсем ни к чему.

**Правило 13. Не злоупотребляйте аббревиатурами и эмоциональным оформлением.**

В деловой электронной почте, та и в любой в принципе, старайтесь не использовать такие аббревиатуры как BTW (by the way) или LOL (laugh out loud), также как называемые смайлики («улыбающихся лиц»). Они неуместны в деловой переписке, тем более что Вас адресат может не знать их значение. (Ильяшенко, 2009)

**Правило 14. В конце письма обязательно ставьте свою подпись.**

 Всегда оставляйте в конце письма подпись: «С уважением, Иван Иванович «номер телефона, e-mail». Это неплохо скажется на ответном сообщении вам, ведь получатель должен знать, как вам ответить в следующей переписке. Некоторые адресаты не оставляют подписи, или же оставляют, но там далеко не их имена, это лишает меня возможности приветствия при ответе, та и я лично предпочитаю, чтобы ко мне тоже обращались по имени.

**Правило 15. Если сомневаетесь, не отправляйте письмо.**

Мы стали безличными и прячемся за электронной почтой, которая начинает контролировать нашу жизнь. Мы не замечаем, как большая часть нашего повседневного общения происходит посредством электронной почты, и рискуем поставить под угрозу отношения, которые мы могли бы упрочить с помощью непосредственного общения или телефонного разговора. Поэтому, прежде чем отправить следующее электронное письмо, подумайте, может быть лучше позвонить или лично встретиться с Вашим адресатом? (Ильяшенко, 2009)

## 1.2. 15 правил общения в социальных сетях, за которые Вас начнут уважать

С развитием социальных сетей, увеличивается объем предоставляемых ими возможностей, которые то и дело заставляют человека почувствовать свою значимость или на оборот... что заставляет народ вести себя иначе, толи раздражающе всех вокруг, толи решаться на самые отчаянные поступки, которые, то и дело, раздражают всех вокруг. В любом случае, каждый зарегестрирующийся в какой либо соцсети[[1]](#footnote-1) или на форуме считает, что он ведет себя вполне правильно, что его действия и поступки оправданы и верны. Социальная сеть - место, где люди могут не только общаться, знакомиться и делиться впечатлениями как в реальной жизни, но и быстро обмениваться различными файлами, такими как личные фотографии, видеозаписи, понравившиеся статусы, музыкой и многим другим. Но когда появилась возможность оценки того, чем делятся люди на своей странице, одновременно с этим появилось множество проблем, помимо тех, которые были уже до этого. Как избегать таких ловушек и не начать самому совершать ошибочные действия, либо если они уже есть, то, как остановиться?

**Правило 1. Никогда не просите о лайках и репостах[[2]](#footnote-2).**

Не стоит выпрашивать у всех подряд лайки[[3]](#footnote-3) к какой либо Вашей записи, рассылать всем друзьям сообщения с подобной просьбой, превращая его в спам, это будет не действительно. Ведь если кому нибудь действительно понравится Ваша аватрака[[4]](#footnote-4), запись на стене или пост, то они с радостью одарят Вас таким значимым знаком и поделятся её уже со своими друзьями. В противном случае, после множества приставаний и упрашиваний друзья попросту отпишутся от Вашей страницы.

**Правило 2. Не требуйте от собеседника немедленного ответа.**

Если вдруг на Ваше сообщение не следует ответа, то не стоит устраивать грандиозного скандала и отсылать кучу сообщений с Вашим негодованием, даже если Вы видите, что Ваш собеседник находится онлайн[[5]](#footnote-5). Значит у него для этого есть повод, он ведь может находиться в сети и при этом прослушивать музыку, смотреть фильм или попросту отлучился от компьютера, ведь он не может уткнуться в монитор экрана и пристально наблюдать только за Вашей с ним перепиской и специально не отвечать, с коварной улыбкой на лице, ожидая Вашей бурной реакции.

**Правило 3. Если Вы в сети отображаетесь онлайн, отвечайте на входящие сообщения как можно быстрее.**

Не стоит заставлять человека подолгу ждать от Вас ответа, это не красиво и неэтично. Ведь именно для быстрого обмена сообщениями была создана сеть, чтобы люди общались также быстро, как бы они общались при встречи. И если задерживать ответ, то можно и вовсе забыть, о чем шла речь в Вашей переписке.

**Правило 4. Не отмечайте на фото людей без их ведома.**

Хоть социальные сети и позволяют отмечать кого-то на фотографии, которая хранится у Вас, это вовсе не значит, что Вы должны это делать без их разрешения. Ведь может Вашему другу, которого Вы отметили на своей фотографии не нравится как он выглядит, или может он бы не хотел, чтобы кто-то знал, что он был в том или ином месте, в той или иной компании. Дайте ему возможность самому сделать выбор, стоит ли вам отмечать его на своей фотографии или нет.

**Правило 5. Знайте меру в своих чекинах[[6]](#footnote-6).**

Совсем не обязательно, чтобы все Ваши подписчики знали, чем Вы сейчас заняты, где Вы, и по каким магазинам решили пройтись. Это засоряет их ленту, не позволяет им выбраться с пучины Вашего бытия. Вы ведь все знаете, что происходит с предметом, который постоянно мусолит глаза? Чекинтесь в действительно интересных местах, которые стоит показать и порекомендовать и друзьям и гостям Вашей страницы.

**Правило 6. Постить фото еды уже не в моде.**

Проблема постоянного фотографирования еды почти схожа с постоянным фотографированием себя любимого, вот только мода уже прошла, и еду тоже желательно фотографировать только самую «вау». Тем более постоянно утопать в фотографиях, где одна еда, еда, еда, еда... похоже, кого-то придется оставить в подписчиках[[7]](#footnote-7).

**Правило 7. Ограничивайте доступ к своим постам с личным содержанием.**

Если Вы хотите, чтобы Вашей какой-то личной проблеме посочувствовала пара-тройка подружек или же хотите своей публикацией личного характера позлить бывшего парня, не стоит в такой публикации делать открытый доступ для всех своих подписчиков. Конечно, если Вы не хотите прослыть истеричкой и нытиком. Ведь жизнь меняется, проблемы проходят, а впечатление о Вас по Вашим постам остаются. Так что в таком случае, на подобных постах лучше сразу ставить ограничение доступа для определённых людей. (Vlada, 2015)

**Правило 8. Хватит публиковать глупые статусы.**

Каждый раз, читая какой либо новый статус он непременно может показаться интересным, умным и который обязательно нужно поместить на свою страницу. Но весьма часто получается, что никакой смысловой нагрузки он не несет, а в некоторых случаях может даже показаться глупым, тем более что частая публикация таких статусов ничего хорошего о вас явно не скажет. Поэтому каждый раз, когда вы желаете репостнуть какой либо статус на свою страницу - прочитайте его хотя бы два раза, возможно, что при повторном прочтении он не покажется Вам таким остроумным. За одно получится избавить ваших читателей от очередного статуса «о не о чем».

**Правило 9. Разрывать реальные отношения с помощью соцсетей неприемлемо.**

В интернете могут случаться различные вещи: начало дружбы, любви, находка новых интересов и т.д. иногда даже встречаются люди, которые умудряются бросить своего возлюбленного/возлюбленную через банальное смс. Думаю, не стоит говорить, что этого делать не рекомендуется, хотя бы потому, что люди, разрывая отношения в сети, не показывают не чего больше, кроме своей слабости и страха. Поэтому набирайтесь смелости, и если все же случилось так, что вы не можете более, то помните, что человек, которого вы когда-то любили, не заслуживает такого расстояния. Будьте ответственнее и смелее!

**Правило 10. Допустимая норма селфи[[8]](#footnote-8) публикующихся подряд - 3 штуки.**

Не переусердствуйте с самолюбием. Хотя бы через 3 селфи разбавляйте свою ленту картинкой другого содержания. Думаю, людям будет интересно посмотреть на что либо или на кого-либо кроме вас. (Vlada, 2015)

**Правило 11. Не стоит использовать символы вместо букв.**

Вы либо культурный, либо нет. Если вы все же пишите какой либо мат, то скрытия в нем одной буквы любым символом не будет означать, что вы интеллигент. Если вы не хотите показаться грубияном и невежей, и хотите показать, что нецензурно выражаться для вас непозволительно, то лучше просто подберите эвфемизмы, в противном случае высказывайтесь открыто, без различных тайных знаков. Ведь в личной переписке с другом, вряд ли он Вас забанит.

**Правило 12. Если Вы делаете репосты грустных историй, то хотя бы проверяйте их на достоверность.**

Как часто мы видим в лентах своих друзей призывы о помощи бездомной собачке или брошенному котёнку. Но кто-то их вообще проверяет на достоверность? Куда идут собранные деньги, тратятся ли они по назначению и действительно ли животное до сих пор бездомно и страдает? Прежде чем публиковать такую запись на своей стене, проверьте хотя бы актуальность заявленной проблемы. Может на этот момент проблема уже решена. (Vlada, 2015)

**Правило 13. Ни в коем случае не размещайте на чужой стене личную информацию о человеке.**

Помните, все, что вы знаете о своих друзьях, знакомых совсем не обязательно публиковать, ведь это может оказаться неприятным для этого человека. Личная переписка, фотографии, видеозапись - все это не только лично Ваше, быть может, этот человек совсем не желает, чтобы о том, что вы опубликовали, кто-то знал. В любом случае, если Вам доверяли тайну - храните её и цените это.

**Правило 14. Не переусердствуйте с тегами[[9]](#footnote-9).**

Сейчас достаточно часто замечаю, как все больше людей предпочитают под своими фотографиями либо записями размещать ну просто огромное количество тегов. В них отображается просто все, что имело мест быть на момент создания фотографии либо другой записи. Это сильно перезагружает тех, кто просто просматривает ленту новостей, пожалейте подписчиков, та и большое количество информации о себе - не есть хорошо.

**Правило 15. Поменьше «троллинга»[[10]](#footnote-10) в сетях.**

Так называемых «Тролллей» в интернете развилось настолько много, что уже даже и невозможно определить, когда начался этот самый троллинг, или когда человек говорит тебе что-то серьезное либо просто подшучивает над тобой. Если вы видите не совсем умный вопрос и желаете остроумно и унизительно на него ответить, то имейте в виду, что Вас это не красит, не превращайтесь в школоту, занимаясь троллингом.

Заключением к данной главе скажу одно, сколько бы не было правил и сколько бы ни приходилось выучивать различных этикетов, помните одно Золотое правило нравственности: *«Поступай с другим так, как бы ты хотел, чтобы поступали с тобой».*

# Глава 2. Потерянное «Я»

Хорошо, мы повторили некоторые правила ведения «порядочной» переписки в почте и в социальных сетях. Но это бала только первая проблема, если была. Использование электронного общения - занятие полезное, но только до тех пор, пока это не перейдет в привычку, требующую оставить реальное общение. Вторым вопросом для первоначально темы «Проблемы виртуального общения» я выбрал проблему, которая действительно имеет место быть у большинства людей. Впрочем, это уже давно не открытие и все с этим постоянно сталкиваются, но, тем не менее, замечая, как данный фактор растет нельзя обделить его нашим вниманием. Стоит напомнить всем еще раз, что такое действительно настоящее общение, чем оно лучше и чего мы лишаемся, подавшись искушению существования в мире, который разрушает все преграды для наших возможностей, одновременно предлагая ВСЁ, но в виртуальном мире, и отбирая многое, но всего лишь в реальном. И сделаем вывод - какой же Мир нам все же ближе и роднее.

## 1.1. Виртуальное и Реальное общения

 Как много нам дает возможностей виртуальное общение!? Это и возможность общаться друг с другом на огромных расстояниях; поиск единомышленников; общение в привычной для каждого собеседника обстановке; возможность передачи различной информации (музыки, видео, картинок, документов, фотографий и др.); развитие навыков письменной речи (так общение проходит в письменной форме); возможность узнать о партнере саму разную информацию, взять хотя бы дату рождению (если конечно Вы лично не знакомы с собеседником, либо хорошее напоминание), места отдыха, его интересы, по средствам имеющихся у собеседника групп, любимую музыку и др.; срочную и важную информацию можно быстро доставить адресату, за которым последует оперативный ответ; просмотр интересующих новостей, выбранных с соцсетях, на сегодняшний момент существуют даже возможности общения по видео устройствам, таких как Skype, через Web камеру, позволяющую общаться, видя человека в настоящем времени; различные онлайн игры в соцсетях также разукрашивают время провождения в переписке; и многие другие возможности, которыми мы пользуемся каждый день.

Опираясь на вышесказанные преимущества нельзя сказать, что общение в интернете это плохо, вовсе нет. Это предоставляет множество решений различным проблемам, упрощает жизнь и все такое. Но мы ведь все знаем, что даже яд может вылечить тяжелобольного человека, а в больших дозах он убивает. То же самое и с виртуальной средой, которая способна попросту «утопить» человека в своих объятиях, лишив множества возможностей, сделать зависимым, что уже и является проблемой.

Первое, на что следует обратить внимание, так это на формирование психологической зависимости от интернет-общения в целом и от социальных сетей в частности. В психологии под зависимостью понимают особое поведение человека, выражающееся в том, что та объективная реальность, которая есть в наличии, перестаёт удовлетворять в полной мере духовные потребности личности (потребность в общении, в самоуважении, в реализации своего «Я» и т. д.), что в свою очередь заставляет его искать некую альтернативную реальность, где бы эти потребности могли получить удовлетворение. Это важно понять по той причине, что не всякое виртуальное общение можно назвать зависимостью. Вообще, большой вклад в определение критериев психологической зависимости, равно как и в избавление от них, вносит специальная научная дисциплина – аддиктология. Говорить о психологической зависимости от общения в сети интернет, да и от любого другого виртуального общения, неуместно в тех случаях, когда оно сопровождает деятельность человека, выступает своего рода инструментом. (Дмитревна, 2011)

Поскольку мы исходим из тезиса о том, что зависимость – это своего рода компенсация неудовлетворённого собственного положения в обществе и поиск альтернативной реальности, и мы пришли к тому, что виртуальное общение имеет в своей основе потребность, то становится ясным, что основная причина кроется в том, что некая часть населения утратила способность к самореализации в реальном обществе. Это же согласуется с концепцией Адлера[[11]](#footnote-11), утверждающего, что в основе деятельности человека лежит стремление к собственной значимости, желание быть великим. Он руководствовался мыслью о том, что неполноценность одного из органов обязательно приводит к его компенсации за счёт других. А если орган заменить на некую составляющую самосознания, то проблема предстаёт в несколько ином виде. Мы приходим к тому, что стремление человека раствориться в виртуальном пространстве есть не что иное, как компенсация собственной малозначимости и в собственных глазах, и в глазах значимых людей.

Таким образом, второе, на что следует обратить внимание, так это на наличие у конкретного человека неких комплексов неполноценности, которые он пытается компенсировать путём создания себе аватара на просторах всемирной паутины. Убедиться в правильности этого вывода несложно, достаточно просто полистать страницы пользователей социальных сетей. Мы легко обнаружим массу кричащих ников (имя, выбранное в качестве визитки). Каких имён только не придумают! Тут и всевозможные «Мачо», и «Супердевочки», и ещё много чего, на что способна фантазия. Но практика показывает, что за громкими псевдонимами обычно скрываются ничем не выделяющиеся личности, которые к тому же нередко страдают от кучи всевозможных комплексов неполноценности. Для таких людей подобного рода самопрезентация есть не что иное, как реализация нереализованного чувства принадлежности, чувство собственной значимости. Но, и это достаточно важно, такого рода подмена реального «Я» неким вымышленным образом ничего хорошего человеку не приносит, наоборот, это прямой путь к самоуничтожению себя как личности, индивидуальности. Почему же такое происходит? Да по простой причине: придумавший себе некое альтернативное «Я» волей-неволей становится зависимым от этой выдуманной личности, поскольку вынужден скрывать за ней своё истинное лицо. И чем дольше человек упорствует в подмене собственного «Я», тем труднее ему становится, это своего рода замкнутый круг. Ведь рано или поздно человек, скрывающийся за аватаром, вступая во всевозможные социальные контакты, наткнётся на того, кто заинтересует его самого, но того, другого, будет интересовать уже не он сам, а тот образ, который человек, скрывшийся за «супер»-маской, так тщательно состряпал. И случается так, что люди сначала придумывают себе образ, живут бутафорской жизнью, а потом становятся зависимыми от неё же. Ведь казаться кем угодно легко, намного труднее быть кем-то.

Виртуальное общение являет собой мир, в котором индивид может быть или самим собой или кем-то другим, при этом, не боясь выражать свои чувства, эмоции, совершая невероятные поступки и не боясь об этом пожалеть. Анонимность, свойственная интернет-коммуникации, дает чувство безопасности и защищает от разочарований, позволяет экспериментировать со своим образом, в то время, как реальная жизнь способна восприниматься как источник обид, боли, разочарований и быть наполненная страхами.

Сейчас наблюдается активный рост интернет-пользователей, и если взрослое поколение не особо спешит в виртуальное пространство, то молодёжь, а тем более подростки, проявляют в этом направлении сверхповышенную активность. Многие молодые люди вообще не берут книги в руки и не читают литературные произведения с монитора, нет, они просто налаживают свою виртуальную жизнь, реализовывают себя на просторах бескрайнего виртуального пространства. Наверно, поэтому сейчас среди профессиональных психологов активно идёт обсуждение, какие психокоррекционные технологии готовить для того, чтобы лечить интернет-зависимых. Видимо, сознание человека не успевает за стремительным развитием событий, не успевает выработать нужные психологические механизмы, способные найти оптимальный баланс между сохранением собственной индивидуальности и следованием в ногу со временем. Остаётся надеяться на то, что мы всё же сможем не раствориться в интернет-пространстве, выработать своего рода защитный рефлекс, сохранить себя и передать полученный опыт новым поколениям. (Семенович, 2005)

## 1.2. 8 проблем виртуального общения, которые оставляют свой отпечаток в реальной жизни.

Заменяя реальную жизнь на постоянную жизнь в интернете можно не дешево поплатиться:

**Проблема 1. Проблема самоидентификации и идентификации.**

В реальной жизни каждый из нас играет определенную роль, которая накладывает отпечаток на внешний вид, на общение, поведение. При виртуальном общении фактор внешнего вида не имеет значения, ведь можно написать о себе любую информацию. В онлайн-мире возраст, пол, сексуальную ориентацию, социальный статус выбираем мы сами. Например, 15-летний парень может написать о себе, что он – 25-летняя девушка. Стараясь общаться таким образом, чтобы никто не заподозрил несоответствие, такой парень будет непроизвольно вырабатывать у себя не совсем адекватные навыки, вместо того чтобы развивать характерную для своего пола и возраста модель поведения. Как следствие - он вряд ли будет успешен в реальном мире. Кроме того, при виртуальном общении в большинстве случаев не знаешь, с кем общаешься, тем самым затрудняется построение адекватных взаимоотношений. В реальном мире существует модель общения между подчиненным и начальником, учителем и учеником, родителями и детьми. В виртуальном мире эта грань стирается, теряется уважения и самоуважение. (прблемы виртуального и реального общения современного человека, 2013)

**Проблема 2.Проблема развития зависимости от виртуального общения.**

Успешный и популярный человек вряд ли станет искать виртуальных собеседников, когда у него и так хватает друзей и приятелей. Если в реальном мире возникают сложности в общении, тогда многие люди начинают компенсировать этот недостаток в сети, проводя время на всевозможных форумах, в чатах. Заикаясь в жизни, можно быстро печатать, тем самым скрывать свой недостаток. Постепенно развивается желание общаться все больше и больше в онлайн-режиме, перерастая в зависимость, потребность.

**Проблема 3. Проблема привыкания ко лжи**.

Многие люди, общаясь виртуально, «разукрашивают» свою биографию, чтобы казаться более значимыми. Постепенно ложь входит в привычку, распространяясь даже на реальную жизнь.

**Проблема 4. Проблема безответственности.**

Данная проблема может становиться последствием предыдущей проблемы. Когда виртуальный собеседник не видит тебя, находится от тебя за тысячи километров, ответственность перед ним исчезает. Можно пообещать что угодно, взять на выполнение любую работу и не выполнить, ведь обещание давалось клавиатуре и монитору, а не живому человеку, да и во многих случаях наказать за невыполнение чего-либо в интернете не так-то и просто.

**Проблема 5. Проблема искажения информации.**

При помощи слов человек передает около 7% информации, звука и интонации – 38%, за передачу оставшихся 55% информации отвечает мимика, поза, жесты, то есть невербальные коммуникативные средства. При виртуальном общении, чтобы восполнить недостающие 93% передаваемой информации, стали использоваться в текстовых сообщениях всевозможные смайлики, знаки препинания, сокращения. Способны ли они передать весь спектр эмоций? Можно чувствовать нежность, ярость, страх, ненависть, при этом набирать одни и те же слова на клавиатуре. Иногда одна лишь улыбка полностью меняет смысл того, что мы говорим. Как же тогда воспринимать то, что высвечивается на экране монитора? Как холодный текст или так, как того хочется нам?

**Проблема 6. Проблема употребления специфичной лексики.**

Чтобы быстрее напечатать какую-то информацию, передать ее собеседнику, используют всевозможные сокращения. Непосвященному человеку будет сложно понять смысл такого сообщения. А в реальном общении всевозможные сокращения и другие особенности, характерные для виртуальной переписки, производят впечатление неграмотности.

**Проблема 7. Проблема враждебного отношения к «чужакам», не принадлежащим к каким-то сообществам.**

Люди, проводящие много времени на определенных форумах, в чатах, постепенно друг с другом знакомятся, объединяются в сообщества, появляются негласные правила. Когда непосвященный новичок попадает на такой форум и пытается начать общение, он может быть грубо высмеян, оскорблен постоянными «обитателями» форума. Мелкие ошибки, промахи непосвященного раздуваются до вселенских масштабов. Такой новичок либо постарается заслужить расположение старожил и сам будет в дальнейшем грубо относиться к новым пользователям, либо навсегда покинет этот форум.

**Проблема 8. Проблема появления онлайн-дневников.**

Бумажные дневники заводят для того, чтобы излагать свои мысли, делиться с бумагой своими эмоциями, проблемами, зная, что дневник вряд ли будет кто-то еще читать. Онлайн-дневник – полная противоположность бумажному дневнику. Заводя онлайн-дневник, его владелец понимает, что все напечатанное на его страницах будет доступно любому пользователю интернета. Неструктурированные обрывки мыслей, всевозможные фразы «напоказ», ложь, пошлости - результат таких виртуальных дневников.

В заключении к главе можно сказать, что социальные сети значительно отвлекают нас от действительно важных моментов в жизни, ведь если хочется послушать с кем-то музыку, то не стоит скидывать ее своему другу через сообщения, а лучше вместе пойти на какой либо концерт, ведь в наше время их достаточно много на любой вид и вкус. Забиваться в просторы соцсетей и мастерить из себя идеала, способного ответить на любой вопрос или поддержать в любой ситуации не провозгласит Вас таким в действительности. Не бойтесь шутить и рассказывать о различных историях, говорить о себе, о других что-то хорошее или правдивое. Помните, Вас оценивают за ваши действия, подкрепленными словами, а в сети вы просто создаете образ, следуя ему только там, но выйдя из комнаты, от вас будут требовать реальных возможностей, самоподачи и энтузиазма. И, тем более, что реальный мир куда интереснее и привлекательнее, каким бы всевозможным не были бы электронные переписки. (прблемы виртуального и реального общения современного человека, 2013)

# Заключение

Из данной работы мы может вывести различные выводы, которые не заключают в себе определенных каких либо установок и требований, данные выводы должны лишь помочь каждому понять, что Человек из себя представляет и что ему нужно делать, чтобы не потерять самого себя и не уничтожить в себе то живое, что делает его действительно Человеком.

Мы научились вести правильную переписку с нашими партнерами, друзьями, коллегами или просто незнакомыми людьми. Правильная переписка, значит та, которая оставляет после себя приятное ощущение того, что диалог с этим человек понес за собой смысл, удобство и комфорт, правильная, значит дающая надежду на дальнейшее общение/сотрудничество и просто приятное впечатление об авторе. Может каждый заметил, что также составлял неверное письмо, что теперь, пользуясь приведенными в данной работе советами можно значительно улучшить свои навыки виртуального общения, поймет, за что могли приходить негодования от других собеседников, а воспользовавшись в дальнейшем всеми рекомендациями, узнает что действительно, общение в интернете может значительно повлиять на отношения в реальной жизни, это ведь так важно.

По первой главе следует сказать, что писать сообщения согласно этикету очень здорово, мы устанавливаем для себя правила, которым следуем не только в общении, но и в обеденной жизни в целом - мы не утомляем людей не нужными предисловиями, а выдвигаем основную тему и следуем только ей. Не думаю, что найдется человек, которому будет не комфортно общение с таким собеседником, который точно знает, что именно нужно сказать, а о чем не стоит даже и заикаться, что можно спросить, а в чем поддержать разговор, знает цену шуткам, которые лучше демонстрировать только в кругу лучших друзей, а которые можно выдвинуть в весьма культурном обществе, разве это не ценится лично вами?

Также мы выяснили, каким должно быть поведение в социальных сетях, хоть уже даже не обращаем на это внимание. Поэтому, если кто-то хочет, чтобы его страничку посещали чаще и при этом оставляли привлекательные комментарии, то стоит задуматься о том, что стоит вылеживать на просторы интернета, как часто чем-то нужно делиться, и какие цитировать статусы. (:-)

После, мы затронули весьма серьезную тему, которая уже много лет является проблемной. Я бы мог сказать, что не стану Вас призывать к тому, что не стоит постоянно зависать в интернете, а больше контактировать в «реале», но не скажу! Я не зря дал такое оглавление главе 2: «Потерянное «Я», мы обсудили, что действительно, потерявшийся во всемирной паутине лишается всех жизненных преимуществ и даже личностных. Это очень сильно влияет на психику человека, который выбрал для себя мир иллюзий и обмана, который в любом момент может придумать себе другое имя, что может быть страшнее? Общаясь лично с человеком, становится невообразимо странно, что этот же человек в сети совсем иное, с другими манерами, привычками, интересами, даже друзьями. И ведь если его спросить, какой из двух миров тебе ближе - разве услышишь точный ответ? Полагаю, он сам не знает, ведь он потерялся в собственных фантазиях о том, что он нечто другое, нечто большее, чем здесь, в настоящем мире, а от куда ему знать, может он и здесь не просто так живет, но страх блокирует дорогу в будущее, оставляя во снах виртуальности.

 А вывод к главе таков: намного приятнее общаться с человеком, которого видишь лично, когда можешь видеть улыбку и знать, что она искренна, видеть печаль в глазах, которую не оправдает не одно сообщение «все хорошо ))», обнять, искренне посмеяться, или пожать кому либо руку при встречи, вместе слушать музыку и нелепо подпевать ей, просматривая фильмы и постоянно переспрашивать «а кто это? А что он сделал?». Да, виртуальное общение намного упрощает жизнь, но оно не должно заменить настоящее.

Подводя итоги работы можно сказать, что общение в интернете интересная вещь, ты вроде бы все знаешь как правильно, а вроде и нет. Поэтому помните, что возможность виртуального общения была создана с целью удобства, не будем из подручного средства создавать проблему, мешающую всем комфортно проживать жизнь.

# Список литературы и интернет ресурсов

1. Андреевна, П. Л. (2009). *Компетентность в общении.* Москва: Print Maker.
2. Дмитревна, С. Л. (2011). *Основы психологии.* Ростов-на-Дону: ART-AKB.
3. Семенович, П. Р. (2005). *Психология.* Москва: ACT.
4. Vlada. (9 Декабрь 2015 r.). *15 золотых правил этикета в социальных сетях.* Получено 25 Октябрь 2016 r., из hotshowlife: https://hotshowlife.com/15-zolotyh-pravil-etiketa-v-sotsialnyh-setyah/
5. *Виртуальное общение*. (25 октябрь 2016 r.). Получено 25 октябрь 2016 r., из Психология и психиатрия: http://psihomed.com/virtualnoe-obshhenie/
6. Ильяшенко, Н. (2009). *Правила написания электронного письма.* Получено 25 Октябрь 2016 r., из novsu: http://www.novsu.ru/file/816880
7. *прблемы виртуального и реального общения современного человека.* (2013). Получено 25 Октябрь 2016 r., из Студенческий научный форум: http://www.scienceforum.ru/2013/179/6732
8. *Проблемы виртуального общения.* (б.д.). Получено 25 Октябрь 2016 r., из Doctor.ru: http://comp-doctor.ru/psi/psi-virtualnoe-obshhenie.php
1. Социальная сеть — платформа, онлайн-сервис и веб-сайт, предназначенные для построения, отражения и организации социальных взаимоотношений в Интернете. [↑](#footnote-ref-1)
2. Репост - копирование понравившейся записи/фотографии/посту к себе на личную страницу, чтобы поделиться со своими подписчиками и получить лайк. [↑](#footnote-ref-2)
3. Лайк - иначе «мне нравится», знак, который используется для выражения отношения пользователей к тому или иному контенту. [↑](#footnote-ref-3)
4. Аватарка (Аватар) - это маленькая картинка, которая наиболее полно отражает Вашу сущность, внешность, характер, маленький кусок графики, который воплощает и улавливает самую сущность Вас, эдакая электронная душа человека. [↑](#footnote-ref-4)
5. Онла́йн — «находящийся в состоянии подключения». [↑](#footnote-ref-5)
6. Чекин или чек-ин - это сообщение, отправляемое человеком в социальную сеть о том, что он находится в определённой географической точке земного шара. [↑](#footnote-ref-6)
7. Подписчик - человек, подписанный на Ваши обновления в соцсетях, и постоянно получающий новости (в том числе) с вашим участием (размещенные Вам) [↑](#footnote-ref-7)
8. Се́лфи (англ. selfie, от «self» — сам, себя; русские эквиваленты — «себяшка», «самострел» — пока считаются просторечными) — разновидность автопортрета, заключающаяся в запечатлении самого себя на фотокамеру, иногда при помощи зеркала или монопода. [↑](#footnote-ref-8)
9. Хештег, хэштег (метка) или хэш-тег— символ «решётка» + tag — тег) — слово или фраза, которым предшествует символ #. Пользователи могут объединять группу сообщений по теме или типу с использованием хэштегов — слов или фраз, начинающихся с #. Например: #искусство, #техника, #смешное, #анекдоты и т.д. [↑](#footnote-ref-9)
10. Троллинг (от англ. trolling — ловля на блесну) — размещение на различных интернет-ресурсах провокационных статей, либо сообщений с целью развития конфликта между пользователями с сопровождением взаимных оскорблений и т.п. [↑](#footnote-ref-10)
11. Альфред Адлер (1870-1937) — австрийский психолог, психиатр и мыслитель, один из предшественников неофрейдизма, создатель системы индивидуальной психологии. [↑](#footnote-ref-11)