

2. Семенова, Н. С. Мода и маркетинг: сущность, инструменты, современные тенденции / Семенова Н. С. // Уникальные исследования XXI века – 2016. – № 8 (20). – С. 35–63.

УДК 338

ЗАВИСИМОСТЬ ОТ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ И ТЕХНОЛОГИЙ

Ю. А. Земскова, К. С. Метелица, студенты группы 10504223 БНТУ, научный руководитель – старший преподаватель И. Е. Ругалева

Резюме – проблема зависимости от социальных сетей и технологий с каждым годом становится все актуальнее. Зависимость от социальных сетей формируется у людей на психическом уровне. Люди стали проводить все больше времени в социальных сетях, что привело к зависимости.

Summary – the problem of dependence on social networks and technologies is becoming more urgent every year. Dependence on social networks is formed in people on a mental level. People began to spend more and more time on social media, which led to addiction.

Введение. Проблема зависимости от социальных сетей и технологий с каждым годом становится все актуальнее. Люди стали проводить все больше времени в социальных сетях, что привело к зависимости. По результатам исследований ученых, выяснилось, что больше половины жителей планеты проводят в телефоне около пяти часов в день. Причем только 26 % признались, что испытывают зависимость выше средней статистики, а это более семи часов в день.

Основная часть. В современном мире существует огромное количество различных социальных сетей, которые привлекают внимание молодежи. 4,76 миллиарда человек являются пользователями соцсетей на начало 2023 года. Иными словами, почти 60 % от мирового населения ежедневно скроллят информационные ленты. Как же начинается день обычного человека после пробуждения? Он встает, умывается, чистит зубы, принимает душ, а после готовит завтрак. Но таких людей очень мало, так как в современных реалиях большинство людей после пробуждения сразу же берут телефон. Они тщательно пролистывают ленту новостей и просматривают короткие видеоролики, получая таким образом быстрый дофамин, что в конечном итоге не является действенным источником энергии. Со временем такие действия превращаются в компульсивную привычку. И человек неосознанно ищет любой повод снова взять в руки телефон.

Сегодня мы воспринимаем мир иначе. Тот самый мир, где короткие видеоклипы стали неотъемлемой частью нашей жизни. Этот феномен называется «клиповое мышление». «Клиповое мышление» – это особый способ восприятия информации, когда знания и впечатления получают

не в процессе долгого анализа, а из кратчайших фрагментов. Социальные сети подхватили этот тренд и начали транслировать всю информацию в легкой и удобной форме для человека.

Как результат люди стали склоняться к быстрому оцениванию, не всегда вникая в тему и проверяя информацию. Сейчас эта привычка негативно сказывается на нашем поколении.

Детям становится все сложнее высиживать сорокаминутные уроки в школе. Взрослые так же теряют концентрацию от своих важных рабочих дел. Мышление людей полностью меняется, но, к счастью, эта важная проблема не остается незамеченной. На просторах интернета все чаще можно увидеть научные статьи, исследования и наблюдения ученых на тему телефонной аддикции. Все началось в 2004 году, когда в топы поисковика Google стали попадать запросы о зависимости от телефона. А в 2010 году был придуман термин «номофобия». «No mobile phone phobia» – это страх остаться без телефона. Здесь уже речь идет не просто о сожалении в момент, когда телефона нет под рукой, а о страхе, панических атаках и сильном стрессе. Такие симптомы говорят о зависимости, которая невероятно мешает жить человеку. Он закрывается в себе, не проводит время с родными и друзьями, не развивается, не стремится и не видит другого смысла в жизни кроме как снова взять в руки телефон и следить за интересной жизнью других.

Говоря о цифровой зависимости, следует понимать, что такое дофамин и какие функции он выполняет в нашем организме. Дофамин – это гормон счастья или радости, который вырабатывается в процессе предвкушения или исполнения желаемого. Он необходим людям для счастливой жизни. Злоупотребление социальными сетями, чрезмерный просмотр фильмов или новостей, компьютерные игры – все эти занятия являются источниками получения быстрого дофамина. Таким образом человек очень быстро получает желаемые впечатления и эмоции, не прилагая никаких усилий. В перспективе это несет ужасные результаты. Простые житейские вещи перестают приносить ему удовольствие, неминуемо просаживается психика, нарастает неудовлетворенность реальной жизнью, значительно ухудшается здоровье. Совсем другое дело – медленный дофамин. Его можно получать, занимаясь спортом, соблюдая правильный режим дня, достигая целей, сбалансированно питаясь. Если человек будет вести такой образ жизни, он станет в общем более удовлетворенным своей жизнью, так как наладятся отношения с окружением, улучшится здоровье и появятся успехи в разных сферах жизни.

Заключение. Зависимость от социальных сетей формируется у людей на психическом уровне. Самым важным нейромедиатором, отвечающим за получение удовольствия, является дофамин. Для того, чтобы контролировать и уменьшить зависимость от телефона, важно получать именно медленный дофамин, устанавливать режимы работы с устройством, проводить цифровой детокс и уделять больше времени реальным общением и хобби.

При наличии серьезных проблем рекомендуется обратиться к специалисту психологу или психотерапевту – для получения помощи и поддержки.

ЛИТЕРАТУРА

1. Утонуть в новостном потоке: что такое номофобия и как смартфон стал наркотиком [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.forbes.ru/forbeslife/468847-utonut-v-novostnom-potoke-cto-takoe-nomofobia-i-kak-smartfon-stal-narkotikom/>. – Дата доступа: 21.03.2024.
2. Что такое быстрый и медленный дофамин [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://prodofamin.ru/chto-takoe-bystryu-i-medlennyy-dofamin/>. – Дата доступа: 21.03.2024.

УДК 339.138

КАКИЕ БУДУТ ОСНОВНЫЕ ТЕНДЕНЦИИ МАРКЕТИНГА В СФЕРЕ ТУРИЗМА В 2024 ГОДУ?

*Л. В. Казаченко, студентка группы 20ДГИ-1 ФКТИ БГЭУ,
научный руководитель – канд. экон. наук, доцент З. М. Горбылева*

Резюме – индустрия туризма постоянно развивается, и маркетологам необходимо идти в ногу с новейшими тенденциями, чтобы оставаться конкурентоспособными. Использование туристическими организациями новых технологий и инструментов поможет привлечь и удержать клиентов, расширить клиентскую базу и повысить конкурентоспособность туристического продукта или услуги.

Resum – tourism industry is constantly evolving and marketers need to keep up with the latest trends to remain competitive. The use of new technologies and tools by tourism organizations will help to attract and retain customers, expand customer base and increase competitiveness of the tourism product or service.

Туризм снова набирает обороты, и 2024 год обещает стать годом бурного роста туристической индустрии. В условиях, когда ландшафт изменился под влиянием пандемии и меняющихся предпочтений путешественников, для компаний крайне важно оставаться на шаг впереди. Все более широкое использование инструментов, основанных на искусственном интеллекте, способствует созданию более персонализированного контента, эффективному отслеживанию данных и лучшему пониманию пути клиента. Внедрение цифровых технологий станет неотъемлемой частью бизнеса любого размера, чтобы воспользоваться преимуществами продолжающегося роста туризма.

К основным тенденциям, которые будут определять маркетинг в 2024 году в сфере туризма, относятся следующие:

1. Использование искусственного интеллекта (ИИ). Согласно исследованиям, использование ИИ для анализа данных позволяет предсказывать