

Национална търговска гимназия
Отбор: ANOVAA1

Влиянието на номофобията върху здравословното състояние на 25-34 годишни в България

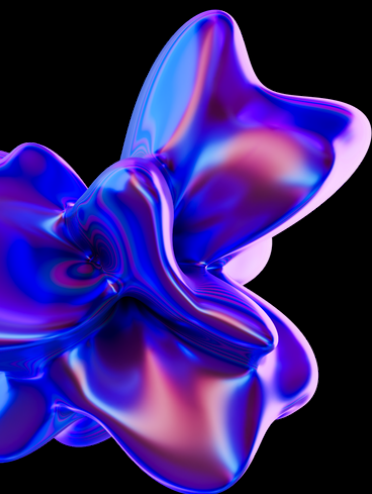


Участници:

Александра Караиванова
Василка Тягова
Габриела Стефанова

Ментор:

Калина Бобева



Цели и задачи на анализа



Да определим перспективите за здравословното състояние на младите хора в България, разглеждайки нивото на номофобията.



Да установим възможните фактори, допринасящи за ситуацията.



На базата на резултатите да предложим подходящи решения.



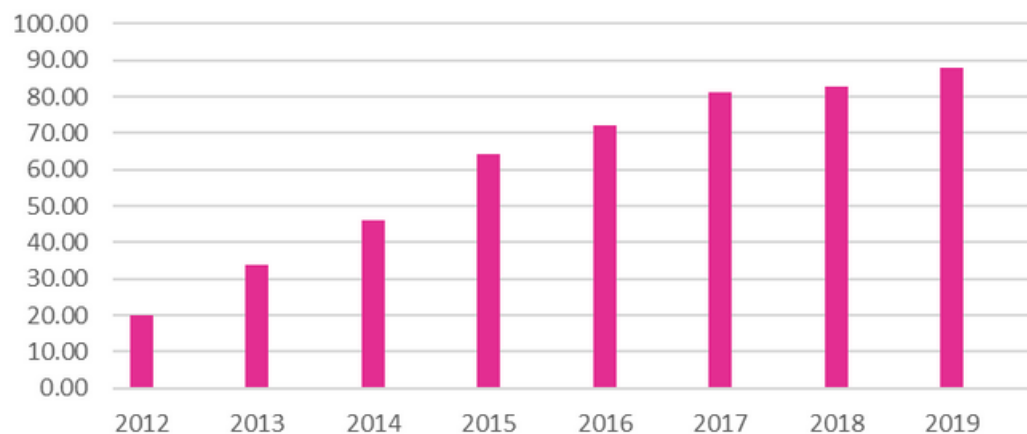
Проява на номофобията

4 пъти повече млади хора използват мобилни устройства с интернет достъп отколкото 7 години по-рано. (2019)

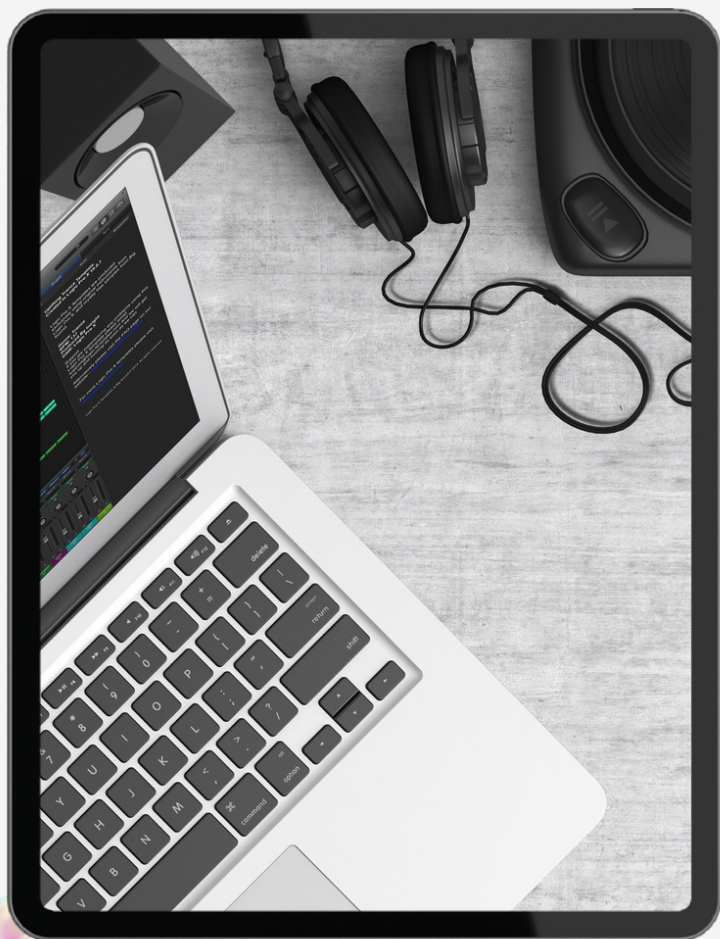
Рекреационната употреба на дигитални продукти расте.

Повишение на съвкупното ниво на номофобията.

% респонденти (25-34), които използват мобилни устройства извън работата или дома си



Номофобията и здравето



ФИЗИЧЕСКОТО ЗДРАВЕ

- ↳ Увредено зрение
- ↳ Лоша стойка
- ↳ Нарушен сън

ПСИХИЧЕСКО ЗДРАВЕ

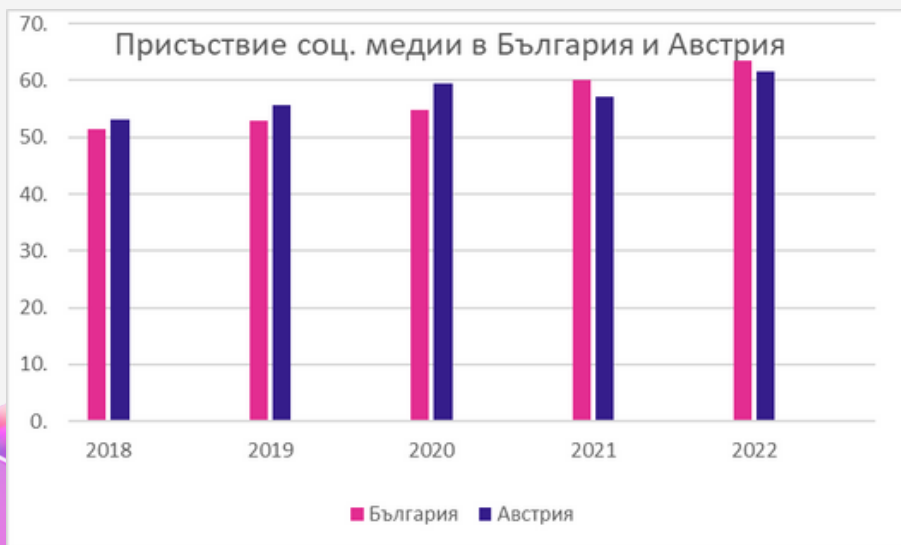
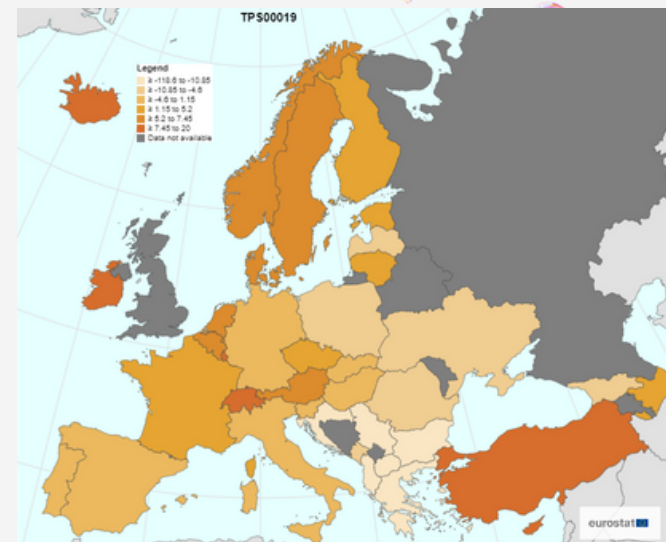
- ↳ Депресия
- ↳ Липса на фокус
- ↳ Зависимост
- ↳ По-малко социален контакт

Присъствието в социалните медии



Признак на номофобията:

Прекомерената употреба на социалните медии:
TikTok, Instagram,
Facebook, Youtube



Негативният прираст на България през 2021 г. от **-%11.3**

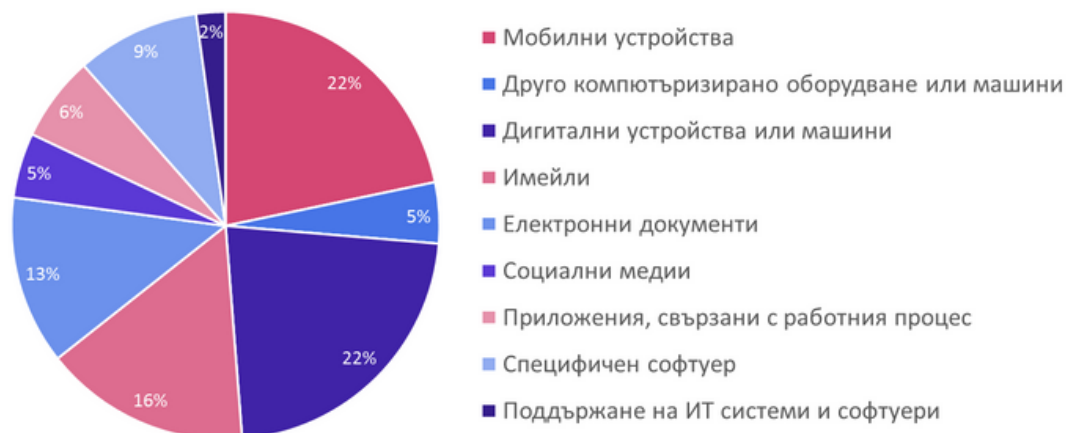
Прирастът на Австрия през 2021 е **5.2%**

Същевременно - България има **по-високо ежедневно присъствие в мрежите** през 2021 г.

Работната среда



Употреба на ИКТ в работата при 25 - 34 годишните



ХИПЕРДИГИТАЛИЗАЦИЯ

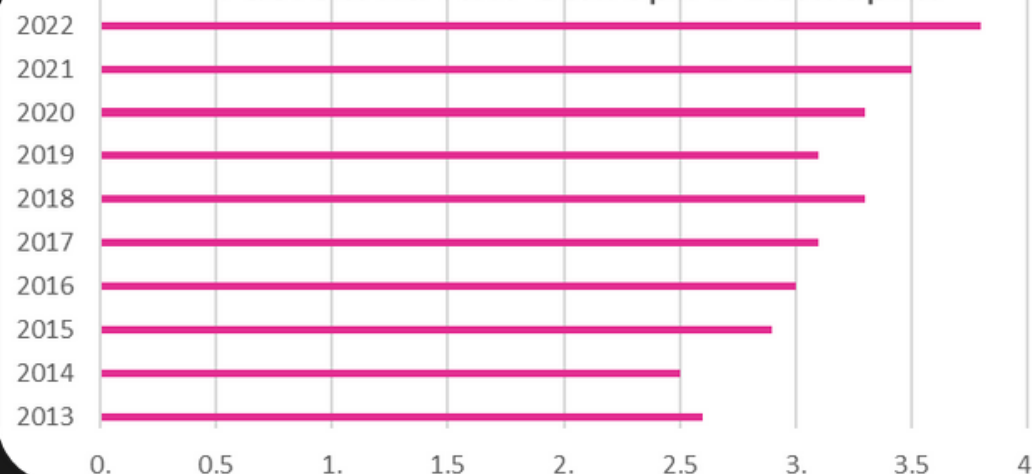
27.23% от българите на възраст от 25 до 34 използват мобилни устройства или настолни компютри в работата си. (2018)

РАСТЕЖ НА ИКТ СЕКТОРА

Растежът в ИКТ сектора е над **1.2%**.

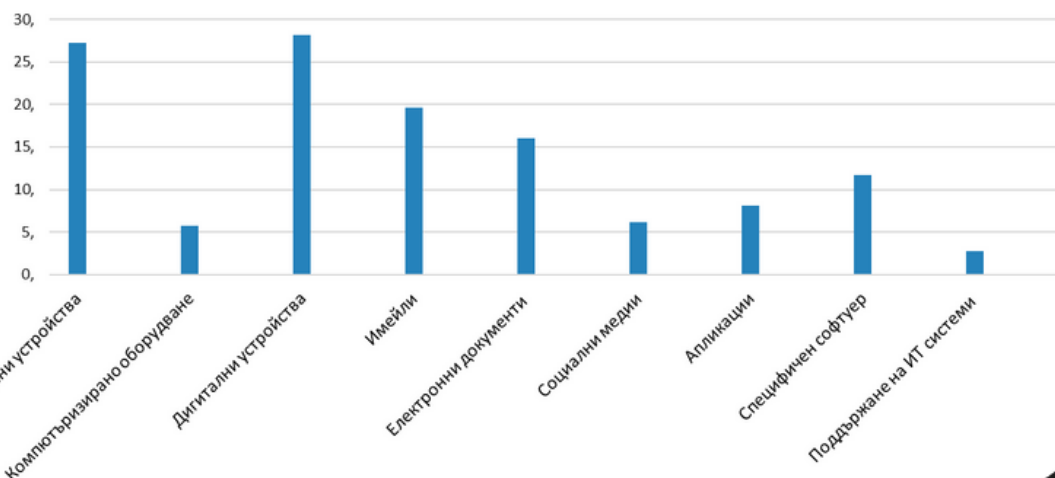
Характерна за него е **дистанционната работа**, която има своите плюсове и минуси.

Растеж на ИКТ сектора в България



Възрастта като фактор

Употреба на ИКТ в работата при 25-34 годишните



→ 27.23% от населението на България на възраст от 25 до 34 години използват мобилни устройства или настолни компютри в работата си.

→ Едва 9,12% от българското население от 55 до 74 годишна възраст използват дигитални устройства в работна среда.

Употреба на ИКТ в работата при 55-74 годишните



Как да предотвратим номофобията?

1 Самопомощ - първата стъпка!

2 Външна помощ

2.1. Държавни **регулации**;

2.2. Да се отворят **центрове за детоксикация** на номофобията;

2.3. **Допамин**- образователна система;

2.4. **Стимулиране** на хората да работят в **офис среда**;

2.5. **Работодателите** да предоставят **извънтрудови дейности**, с цел намаление на безспокойството и тревожността на персонала;

2.6. Инициатива на частния сектор;



Изводи и заключения



С темпа на развитие на технологиите, **предпоставките** за номофобията **зачестяват**;



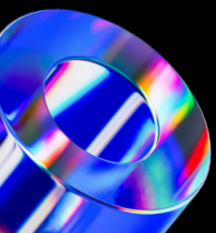
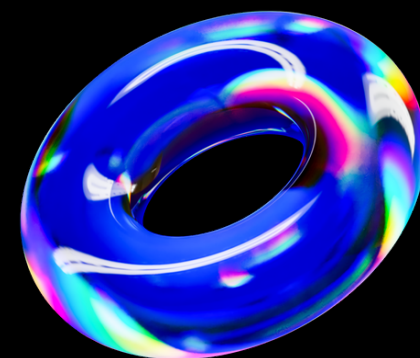
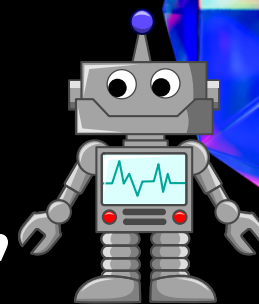
Номофобията е проблем, засягащ **благосъстоянието** на човека;



Дигитализацията не е процес, който трябва да бъде спряен, а **регулиран**;



Предотвратяването на зависимостта е **предприемаческа възможност**;



Използвани методи и източници



Обобщение на данни от Евростат относно дигиталното общество и икономика в България и ЕС;



Употреба на научни твърдения относно влиянието на номофобията върху човешкото здраве;

EU survey on the use of Information and Communication Technologies (ICT) in households and by individuals by Eurostat



Population change - crude rates of total change, natural change and net migration plus adjustment(2021)

