

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ**



## **ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ**

**ІХ Всеукраїнської науково-практичної конференції  
молодих учених та студентів  
з міжнародною участю**



**«Проблеми формування  
здорового способу життя у молоді»**

**30 вересня - 2 жовтня 2016 року**

**м. Одеса**

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ**

**ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ**

**ІХ Всеукраїнської науково-практичної конференції  
молодих учених та студентів  
з міжнародною участю**

**«Проблеми формування  
здорового способу життя у молоді»**

**30 вересня - 2 жовтня 2016 року**

**м. Одеса**

ББК 36.81 + 36.82  
УДК 663 / 664

Головний редактор, д-р техн. наук, проф.  
Заступники головного редактора, канд. техн. наук, доц.  
канд. техн. наук, доц.

Б.В. Єгоров  
О.М. Кананихіна  
Н.М. Поварова

Редакційна колегія,  
доктори техн. наук,  
професори:

О.Г. Бурдо, Л.Г. Віннікова, К.Г. Іоргачова,  
Г.В. Крусір, Л.А. Осипова, Л.М. Тележенко,  
О.С. Тітлов, Н.А. Ткаченко, Н.К. Черно,

доктор філол. наук,  
професор  
доктор техн. наук., доцент  
доктор техн. наук,  
ст. наук. співроб.  
канд. техн. наук, доценти

Г.І. Віват  
О.Б. Ткаченко,  
О.О. Коваленко,  
Т.П. Сергєєва, О.О. Фесенко, Г.А. Шевченко

Технічний редактор,  
канд. техн. наук

Л.В. Іванченкова

### **Одеська національна академія харчових технологій**

Збірник матеріалів ІХ Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених та студентів з міжнародною участю «Проблеми формування здорового способу життя у молоді» / Міністерство освіти і науки України. – Одеса: 2016. — 296 с.

Збірник опубліковано за рішенням Вченої Ради від 1 листопада 2016 р., протокол № 6

За достовірність інформації відповідає автор публікації

**РОЗДІЛ 8**  
**БЕЗПЕКА ЖИТТЯ І ДІЯЛЬНОСТІ МОЛОДІ**

## ЦІНА СЕЛФІ

**Букшій О.А., Лазебна Ю.М., студенти V курсу факультету ЕТОтаТД  
Одеська національна академія харчових технологій, м. Одеса**

Власні сторінки майже всіх користувачів у соціальних мережах завантажені селфі. Медіадослідники із Graduate Center (Нью-Йорк, США) назвали цей вид фотографії одним із феноменів електронної сучасності.

Велика кількість учасників соціальних мереж не можуть прожити й одного дня, щоб не сфотографувати себе. Психологи стверджують, що селфіманія загрожує психічному здоров'ю як підлітків, так і дорослих. Це раніше кожна світлина була подією і дуже ретельно готувалася. Зараз фото, зняті телефоном, рідко друкуються і зберігаються у альбомах. Цінність таких знімків низька.

Науковці з Американської психіатричної асоціації кваліфікували цю нову хворобу за назвою «селфі». Вона виявляється у постійному бажанні робити знімки себе самого і викладати ці автопортрети в Інтернеті, тобто таким способом люди намагаються компенсувати відсутність самоповаги, дуже низьку і слабку самооцінку. Масова і часто непродумана зйомка всього приводить до того, що людина не пам'ятає про те, що відбувається довкола неї, тобто відпадає необхідність розвивати свою пам'ять.

Останніми роками селфіманія дуже поширилася через розповсюдженість соціальних мереж і залежність більшості користувачів від них. Селфі роблять майже усі, від державних діячів до школярів. Психологи попереджають, що таке самомилування зовсім не є нешкідливим і відноситься до психологічних відхилень. У прихильників селфіманії з'являються проблем і на роботі, і в родині. Захоплення своїми фотографіями впливає на відношення з близькими людьми і членами родини, з колегами по роботі і майже завжди переходить у залежність. Люди витрачають багато часу на те, щоб зробити «вдале» селфі, викладають знімки в соціальні мережі і чекають обговорення, позитивних коментарів та схвалення. Таким людям не вистачає позитиву і спілкування в реальному житті. Особливо цій залежності піддаються підлітки. Підступність такого захоплення полягає у його поступовому розвитку. Кожен «лайк» під фотографією в мережі автор розцінює як схвалення і це штовхає його до продовження.

У поціновувачів селфі, окрім погіршення психічного розладу, спостерігається ще і тілесна дисморфобія - розлад, при якому людина сильно стурбована своїм зовнішнім виглядом і тілом, випробує почуття тривоги через його дефекти або особливості. Частіше такі недоліки знаходять у собі підлітки і молоді люди, тому що вони, на їхню думку, бачать це найчастіше у своїх знімках.

Захоплення селфі створює величезний тиск на людей, які прагнуть досягти нездійснених цілей і не можуть це зробити. Бажання бути схожим на якусь відому особу, переважно зі сфери шоу-бізнесу, саме по собі дуже складне, але коли людина не готова до важкої праці заради досягнення мети, вона себе краще почуває, коли знижує щабель своїх прагнень. Поєднання високих запитів у житті і власних лінощів веде до руйнівного ефекту.

Основні наслідки селфізалежності полягають не тільки в збільшенні ступеня самозакоханості і самомилування. «Селфіст» витрачає години свого життя на зйомки та посиденьки в соціальних мережах. Людина ризикує життям і здоров'ям при намаганні зробити незвичайні фотографії. Роблячи селфі, люди випадають із вікон будинків, мос-

тів, із дахів, ламають руки і ноги, намагаючись підняти на різного роду висоти, отримують удари електричним струмом на дахах залізничних вагонів. Чи варто так ризикувати?

Науковий керівник – канд. техн. наук, доцент Фесенко О.О.

НТТБ ОНАХТ

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕКТРОМАГНИТНОГО ИЗЛУЧЕНИЯ ДЛЯ ОБРАБОТКИ ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТОВ Ананийчук Э.Ю .....	237
ЭНЕРГОСБЕРЕГАЮЩАЯ СХЕМА ОРГАНИЗАЦИИ ПРОЦЕССА СУШКИ ЗЕРНА Воскресенская Е.В., Катасонов А.А.....	237
ЭФФЕКТИВНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СЫРЬЯ С ПОМОЩЬЮ МИКРОВОЛНОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА ПРИМЕРЕ ПОЛУЧЕНИЯ КОФЕЙНОГО ЭКСТРАКТА Левтринская Ю.О .....	239
ЭНЕРГОЭФФЕКТИВНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОИЗВОДСТВА СУХОФРУКТОВ Маренченко Е.И .....	240
ЕНЕРГЕТИКА АПАРАТІВ НИЗЬКОТЕМПЕРАТУРНОЇ ДЕМІНЕРАЛІЗАЦІЇ ВОДИ Орловська Ю.В .....	241
РЕСУРСОСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ КОНЦЕНТРИРОВАНИЯ ПИЩЕВЫХ РАСТВОРОВ Резниченко Т.А., Ружицкая Н.В .....	243
ЭНЕРГОЭФФЕКТИВНАЯ СИСТЕМА ОТОПЛЕНИЯ УЧЕБНОГО КОРПУСА ОНАПТ Саченко В.В .....	244
ЭФФЕКТ НАПРАВЛЕННОГО ЭНЕРГЕТИЧЕСКОГО ДЕЙСТВИЯ ПРИ ВЫПАРИВАНИИ ПИЩЕВЫХ ЖИДКОСТЕЙ Сиротюк И.В .....	245
МЕТОДИ ПІДВИЩЕННЯ ЕНЕРГЕТИЧНОЇ ЕФЕКТИВНОСТІ ОЧИСТКИ ВОДИ Трач О.Р .....	246
АЛЬТЕРНАТИВНІ ДЖЕРЕЛА ЕНЕРГІЇ СВОЇМИ РУКАМИ Ткаченко К.Д., Студінський В.А., Тихомиров О.Ю., Панасенко Ю.К .....	247
<b>РОЗДІЛ 8 – БЕЗПЕКА ЖИТТЯ І ДІЯЛЬНОСТІ МОЛОДІ</b>	
ЦІНА СЕЛФІ Букшій О.А., Лазебна Ю.М.....	250
ДОСЛІДЖЕННЯ ЗАСОБІВ ЗАХИСТУ ЛЮДИНИ ВІД ІОНІЗУЮЧОГО ВИПРОМІНЮВАННЯ Єременко А.В., Кришиленков Я.Ю .....	251
ПОНЯТТЯ ПРО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНУ КОМПЕТЕНТНІСТЬ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ХІМІЇ Кочерга Є.В .....	252

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

**ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ**  
**ІХ Всеукраїнської науково-практичної конференції,**  
**молодих учених та студентів з міжнародною участю**  
**«Проблеми формування здорового**  
**способу життя у молоді»**  
**30 вересня - 2 жовтня 2016 р.**

Головний редактор, д-р техн. наук, проф.

Заступники головного редактора, д-р техн. наук, проф.

канд. техн. наук, доц.

Б.В. Єгоров

О.М. Кананихіна

Н.М. Поварова

Технічний редактор, канд. екон. наук Л.В. Іванченкова

Підписано до друку 4. 11. 2016 р. Формат 60×84/8. Папір офсетний.

Ум. друк. арк. 34,41 Наклад 100 прим. Замовлення 3958

---

Збірник матеріалів ІХ Всеукраїнської науково-практичної конференції  
молодих учених та студентів з міжнародною участю  
«Проблеми формування здорового способу життя у молоді» 30 вересня -2 жовтня 2016 р 295

Віддруковано в друкарні видавництва «ВМВ»

м. Одеса, пр. Добровольського, 82-а тел.: 751-14-87