

КІБЕРНИТИЧНІ РОЗЛАДИ: ПРИЧИНИ І ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ

Вінницький національний технічний університет

Анотація

Проаналізовано негативний вплив інтернет-технологій на психіку людини.

Ключові слова: інформаційні технології, інтернет-технології, комунікація, кібернетичні розлади.

Abstract

Analyzed negative impact of Internet-technology on the human psyche.

Keywords: informational technology, Internet technology, communication, cybernetic disorders.

Винахід комп'ютерів є переломним моментом у розвитку сучасного суспільства. Вплив комп'ютерних технологій (інформації) на особистість та суспільство постійно збільшується. Це зумовлено зростанням інформаційного потоку, потребу в обробці великих обсягів інформації, здебільшого в дуже короткий термін. Комп'ютеризація впливає на інтереси, погляди, переконання людини, що спричинило зростання інтересу до опанування комп'ютера, спеціального вивчення комп'ютерних наук, інформаційних технологій тощо. Проте є наявним і негативний вплив технологій, що актуалізує тему дослідження.

Звичайно, інформаційні технології прискорюють розвиток психічних процесів та здатні формувати позитивні особистісні якості, а саме: ділову спрямованість, точність, акуратність. Однак, при тривалій взаємодії з комп'ютером формується певна специфіка психічних процесів, яка може зумовлювати появу стереотипів, труднощів у спілкуванні, ускладнення міжособистісних взаємовідносин [1].

Збільшення кількості користувачів персональних комп'ютерів, поширення різноманітних комп'ютерних програм призвело до появи проблем психофізіологічного та соціально-психологічного впливу нових інформаційних технологій на особистість людини і її здоров'я. В 1996 році в американській класифікації психічних розладів (DSM) з'явився новий розділ – «кібернетичні розлади» та синдром Інтернет-залежності.

В сучасній психологічній науці існує кілька напрямків досліджень проблеми «людина – комп'ютер»: психологія віртуальних реальностей, психологія спілкування в Інтернеті, психологічні особливості сприймання комп'ютера, психологічні особливості різних категорій програмістів, психологічний вплив комп'ютерних ігор та інших видів діяльності на ЕОМ.

Одним з найактуальніших аспектів проблеми є взаємозв'язок між часом, проведеним в Інтернеті, зокрема, за комп'ютерними іграми, з рівнем агресивності людини. Ця проблема обумовлена тим, що частина інформації містить прихований або явно агресивний сюжет. Окрім цього, посилення логічного мислення може супроводжуватися деяким заглушенням інтуїтивної складової мислення. Проте інтернет-технології можуть сприяти розвитку пізнавальної потреби особистості, надаючи людині особливі знання, могутній стимул розвитку мотивації. Комп'ютер може бути як засобом більш повного осягнення світу, так і засобом виокремлення від нього.

У сфері відчуттів, існує небезпека неадекватності раціональної оцінки особистісних ситуацій, що виникають внаслідок використання сучасних інформаційних технологій. Аналіз змін в емоційній сфері сучасної людини можна пояснити тим, що вона перебуває у зміненому віртуальному світі, що заміщає реальний. Так відбувається десоціалізація.

Останнім часом за кордоном дуже велика увага приділяється саме цій проблемі. З появою нових технологій з'являються й нові види залежностей. Так, американська вчена Кімберлі Янг виділяє п'ять основних видів інтернет-залежності: комп'ютерна залежність (computer addiction) – обсесивна пристрасть до роботи за комп'ютером (програмування, ігор або інших видів діяльності);

компульсивна навігація в мережі (net compulsions) – компульсивний пошук інформації у віддалених базах даних; перевантаженість інформацією (information overload) – патологічна схильність до опосередкованих інтернетом азартних ігор, онлайн-аукціонів, електронних покупок; кіберсексуальна залежність (cybersexual addiction) – залежність від «кіберсексу», тобто від відвідування порнографічних сайтів, обговорення сексуальної тематики в чатах або закритих групах «для дорослих»; кіберкомунікативна залежність (cyber-relational addiction) – залежність від спілкування в соціальних мережах, форумах, чатах, групових іграх і телеконференціях, що може призвести до заміни реальних членів сім'ї і друзів віртуальними [2].

В Україні розповсюджена саме кіберкомунікативна залежність. Так, за проведеними дослідженнями, перше місце за відвідуванням посідають саме соціальні мережі – 27% загалом серед молоді. Вищий показник у дівчат - 29,8%, менший у хлопців – 23,9% [3].

Все частіше вчені з усього світу стикаються зі зворотною стороною вільного доступу до інформації – інтернет-залежністю, як хворобою. Симптоми якої були описані американським психіатром Айвеном Голдбергом, а сам термін problematic Internet use (PIU), запропонований ще у 1995 році. З 2008 року на міжнародному рівні було визнано інтернет-залежність реальною хворобою, головними проявами якої є постійне бажання бути онлайн; роздратованість при відсутності доступу до мережі; відсутність бажання відволікатися від віртуального простору; максимальне фіксування подій життя у віртуальній реальності (світлина, переміщення, думки); порушення уваги; відмова від їжі або нерегулярне харчування; відмова від «живого» спілкування; конфлікти з оточуючими, які не розділяють надмірне захоплення інтернетом тощо [4].

Головною проблемою є те, що кібернетичний розлад (інтернет-залежність) стає клінічним порушенням, яке характеризується неконтрольованим використанням інтернету. У мозку інтернет-залежних користувачів відбуваються зміни, схожі до тих, що стаються з людьми, які систематично вживають наркотики чи алкоголь. Про це свідчать результати дослідження китайських вчених. Просканувавши мозкову діяльність 17-х молодих, залежних від мережі людей, дослідники виявили порушення у взаємодії частин мозку. Команда дослідників під керівництвом Гао Леї із Китайської академії наук у місті Ухань зробила знімки мозку 35-м чоловікам і жінкам віком від 14 до 21 року. 17-х із них визначили як таких, що страждають на інтернет-залежність, оскільки вони стверджувально відповідали на запитання «Чи виникають у вас регулярні невдалі спроби контролювати, обмежити чи припинити використання інтернету?».

На відміну від тих, кому не діагностували залежність від мережі, у залежних користувачів спеціальні МРТ-знімки виявили зміни у білій речовині мозку – саме в ній містяться нервові волокна. На Рис.1 видно ознаки порушених зв'язків між нервовими волокнами, що з'єднують зони мозку, пов'язані з емоціями, ухваленням рішень та самоконтролем [5].

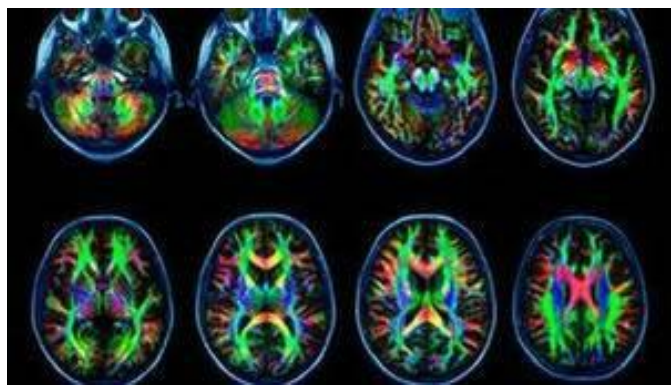


Рис.1

Доктор Гао Леї та його колеги в журналі «Plos One» зазначають, що кібернетичний розлад дає аномальну монолітність у зонах мозку, пов'язаних з виникненням і обробкою емоцій, контролем за увагою, прийняттям рішень та контролем над сприйняттям інформації. Результати також вказують, що інтернет-залежність може мати спільні психологічні та нервові механізми з іншими типами залежностей від речовин та розладами контролю над потягами. Професор Гунтер Шуманн, який очолює кафедру біологічної психіатрії в Інституті психіатрії при Королівському коледжі в Лондоні,

зазначає, що виявлено зміни в нейронних зв'язках між зонами мозку, а також у функціях мозку в людей, які часто користуються інтернетом та відеоіграми.

Доктор Генрієтта Бовден-Джонс, психіатр-консультант та почесний старший викладач в Імперському коледжі Лондона зазначає, що аномалії з білою речовиною у орбітофронтальній корі та інших дуже важливих ділянках мозку спостерігаються не лише при залежностях від речовин, а й у випадках такої поведінки, як залежність від інтернету [5].

The New York Times оприлюднив інформацію, що МРТ головного мозку інтернет-залежної людини, схоже на МРТ наркомана. Дослідження, проведені спеціалістами Масачусетського інституту свідчать про те, що діти та підлітки, які регулярно використовують соціальні мережі понад 3 години на добу, схильні до депресії та самогубств на 27% більше за своїх однолітків. Причому депресивний стан в такому випадку у 5 разів важчій, ніж депресії іншого походження.

Вперше всерйоз проблему інтернет-залежності підняли у Південній Кореї. За даними The Korea Times від інтернет-залежності в цій країні страждає понад 2 млн. дорослих та 26% підлітків. Тому саме тут з'явилася перша в світі лікарня для геймерів. А інтернет-залежність є для цієї країни серйозною соціальною проблемою. У 2013 р. у Мілані питання проблем цифрової залежності вперше обговорювалось на найвищому рівні на I Міжнародному конгресі з боротьби з інтернет-наркоманією. Україна входить у п'ятірку країн, інтернет-користувачі яких активно відвідують соціальні мережі (81%). При цьому в таких країнах, як Великобританія, США, Німеччина, не дивлячись на більшу загальну кількість інтернет-користувачів, число відвідувачів соціальних мереж значно нижче. Окрім того, понад 25% підлітків в Україні знаходяться у мережі понад 6 годин на добу.

Наразі окремі лікарні для інтернет-залежних пацієнтів є не тільки у Південній Кореї, але і у Китаї, США, Японії, Алжирі та інших країнах. А в США діють центри на кшталт СМНС чи Netaddictio, в яких надаються кваліфіковані консультації людям, що страждають хворобою цифрового суспільства. Зважаючи на зростання масштабів проблеми, все гостріше постає питання щодо впровадження цифрового виховання. Головна ідея якого полягає в тому, щоб не лише контролювати час перебування в Інтернеті, а й забезпечувати доступ людини до корисних інтернет-ресурсів [4].

До чого приведе існування людини у світі комп'ютерних технологій покаже час, але одне зрозуміло вже зараз: взаємодіючи з комп'ютерами, люди стають іншими. Ступінь і вектор цих змін кожен може контролювати самостійно в залежності від того, чи очікується в підсумку що-небудь конкретне, чи будь-які можливі модифікації мислення будуть сприйняті як належне.

Для попередження та подолання кібернетичних розладів потрібно привернути увагу суспільства та спільний пошук шляхів щодо ініціації інших творчих можливостей особистості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Денисюк С. Г. Комунікологія : навчальний посібник. Вінниця : ВНТУ, 2015. 102 с.
2. Янг К., 2000. «Діагноз — Інтернет-зависимость». В: Мир Интернет, №2, с. 24-29.
3. Балакірева, О., 2015. ESPAD-2015: куріння, вживання алкоголю та наркотичних речовин серед підлітків, які навчаються. Київ: Поліграфічний центр «Фоліант».
4. Інтернет-залежність чи саморозвиток: технології в умовах цифрового світу. URL: <https://naurok.com.ua/post/internet-zalezhnist-chi-samorozvitok-tehnologi-v-umovah-cifrovogo-svitu>
5. Інтернет-залежність змінює мозок – дослідження. URL: https://www.bbc.com/ukrainian/science/2012/01/120113_internet-addiction_brain_ko

Нечипорук Микола Леонідович – студент, факультет інформаційних технологій та комп'ютерної інженерії, Вінницький національний технічний університет, Вінниця, mykola.nec@gmail.com

Денисюк Світлана Георгіївна – доктор політичних наук, професор кафедри суспільно-політичних наук, Вінницький національний технічний університет, Вінниця, svetadenisiyk@gmail.com

Nechiporuk Mykola Leonidovych – Student, Faculty of Information Technology and Computer Engineering, Vinnitsa National Technical University, Vinnitsia

Denisiyk Svetlana G. – Doctor of Political Sciences, Professor at the Department of Social and Political Sciences, Vinnitsia National Technical University, Vinnitsia