

УДК: 159.99+301.85:15

**О. А. Діколь-Кобріна**, асист.,  
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова,  
кафедра загальної й соціальної психології

### ВПЛИВ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА ПСИХІКУ МОЛОДІ Й АДАПТАЦІЙНІ МЕХАНІЗМИ ЦЬОГО ПРОЦЕСУ

У статті приділена увага розгляду еколого-психологічної проблеми, а саме, впливу комп'ютера й комп'ютерних ігор на психіку людини на різних вікових етапах розвитку. Вивчено сфери взаємодії комп'ютерних технологій і соціуму. Виділено стани при роботі з комп'ютером, що найчастіше зустрічаються. Розглянуто позитивні й негативні ефекти комп'ютерної діяльності. Також у статті розглянута проблема адаптації, її особливості й механізми.  
**Ключові слова:** інформаційне суспільство, комп'ютерні технології, адаптаційні механізми.

Останні десятиліття ХХ століття відзначені подіями, що істотно трансформували сучасну соціокультурну реальність. Мова йде про активне входження в життя суспільства новітніх інформаційних технологій, що виникли в результаті бурхливого розвитку техніки й електроніки. Відбувається зміна засобів і характеру праці, зростає роль інформації й знання на всіх рівнях і у всіх сферах громадського життя. Це пов'язано із вступом людства в нову епоху свого розвитку — період побудови інформаційного суспільства, що обумовило величезний інтерес до проблем інформатизації, до нових інформаційних технологій, питанням впливу інформатизації на соціокультурні процеси, адаптацію й розвиток особистості в якісно новому середовищі.

В умовах становлення інформаційного суспільства найважливішим продуктом його життєдіяльності є інформація, її здійснення, розповсюдження, використання. Інформація стає одним з головних факторів розвитку суспільства, а нові інформаційні технології є основою якісно нових механізмів розвитку в ХХІ столітті.

Сучасна кардинальна соціотехнологічна трансформація включає матеріальне виробництво, соціальні відносини, культуру, комунікації, автоматизацію інтелектуальної діяльності людини. Формується якісно нова система цінностей особистості, її потреб і цілей, а відповідно виникають проблеми розвитку й саморозвитку особистості в нових соціальних умовах. Ця трансформація здійснюється у формі інформатизації всіх сфер життєдіяльності суспільства й особистості. Інформаційні технології настільки глибоко проникли в життя людей, стали атрибутом її повсякденності, що вичленувати їх із загального світоглядного й соціокультурного контексту неможливо. Якісний стрибок в інформаційній індустрії обумовив необхідність аналізу новітніх технологій крізь призму світоглядних змін. Перехід до інформаційного суспільства, у якому пізнавальні цінності є одними із

основних, обумовив потребу зміни особистісного потенціалу. Формування нової пізнавальної системи цінностей особистості, інформаційної культури сприяє виживанню, подальшому безперервному розвитку й саморозвитку особистості в новому соціокультурному середовищі.

Поява нових інформаційних і комунікаційних технологій неминуче вносить зміни в повсякденне життя людей і це змушує за обмежений час здійснити пристосування до нових умов життя. Молоде покоління в силу свого специфічного становища в суспільстві перебуває в перших рядах зустрічаючих, що використовують і перетворюють нові феномени в норми.

Це актуалізує необхідність психологічного обговорення самої проблеми взаємодії людини з інформаційним середовищем. На перший план виходить проблема успішної адаптації молодої людини в сучасному інформаційному середовищі. Проблема адаптації людини, невіддільна від питання про саму його сутність, була актуальною за всіх часів. Інформаційне середовище, стаючи усе більш важливою й невід'ємною частиною навколишнього середовища, пред'являє до людини зростаючі адаптивні вимоги. Людство було змушено адаптуватися до природного й штучно створеного інформаційного середовища протягом всього свого розвитку, однак життя сучасної людини визначається новими реаліями, новими екологічними й соціальними обставинами. Тому зараз досить актуальним є завдання аналізу позитивних і негативних аспектів процесу адаптації, осмислення нових шляхів адаптації людини до середовища перебування й нових форм побудови інформаційного середовища, що максимально відповідає запитам суспільства й особистості.

Технологічний розвиток цивілізації привів до широкого використання комп'ютерів у повсякденному житті, їхнє застосування внесло й продовжує вносити очевидні переваги в професійну й навчальну діяльність, однак робить і негативний вплив на психічне функціонування людини.

Метою даної статті є виявлення особливостей впливу інформаційних технологій на життєдіяльність молодого покоління, а також розкриття адаптаційних механізмів до цих процесів.

Даною проблемою в різний час займалися такі вчені, як О. Тоффлер, А. Турен, В. Г. Афанасьєв, Г. Т. Журавльов, А. П. Суханов, А. И. Ракітова, А. Д. Урсула, В. А. Копилов, С. А. Шапкин, А. В. Гордєєва й інші.

Теоретичний аналіз досліджень у різних галузях знань дозволив виділити 22 стани, що найбільш часто зустрічаються при роботі з комп'ютером: 1) радість, 2) розчарування, 3) захоплення/замилування, 4) зосередженість, 5) непевність, 6) страх/переляк, 7) зацікавленість, 8) азарт, 9) цікавість/допитливість, 10) засмучення, 11) незадоволеність/невдоволення, 12) роздратування/досада, 13) злість, 14) байдужість/байдужність, 15) здивування, 16) розгубленість/замішання, 17) хвилювання/занепокоєння, 18) гарний настрій, 19) полегшення, 20) спокій/незворушність, 21) рішучість, 22) задоволення.

Як показав аналіз, деякі із цих станів виявилися чітко пов'язаними з віком досліджуваних осіб і часом, що витрачається для роботи з комп'ютером. У підлітків і юнаків переважали радість, азарт і зацікавленість. У юнаць-

кому віці додатково відзначена поява зосередженості, хвилювання й занепокоєння. У більш дійшлий вік досить часто зустрічаються непевність, розгубленість і страх. Установлено також, що стан “комп’ютерної тривожності” посилюється в міру збільшення часу роботи й більш властивий представникам жіночої статі.

До позитивних ефектів комп’ютерної діяльності належить посилення інтелектуальних можливостей людини. Вона розвиває прогностичні функції логічного мислення за рахунок попереднього продумування й складання алгоритму дії й забезпечує адекватну спеціалізацію пізнавальних процесів — сприйняття, мислення й пам’яті. Комп’ютерна діяльність формує більш досконалу ділову мотивацію у вирішенні професійних завдань (престижні, статусні, економічні мотиви); підвищує рівень самооцінки, емоційну й когнітивну задоволеність і навіть формує такі позитивні особистісні риси, як діловитість, точність, акуратність, впевненість у собі, які можуть бути перенесені в інші сфери життєдіяльності.

Адиктивний потенціал, що міститься в комп’ютерній діяльності, проявляється: 1) надмірною захопленістю роботою в Інтернеті — власне пошуком інформації; 2) хворобливою залежністю від відеоігор; 3) пристрасною спілкуванням on-line із друзями в мережі. Із цими формами комп’ютерної залежності вже стикаються у своїй діяльності психологи-консультанти, волонтери служб невідкладної телефонної допомоги й психотерапевти, а також керівники організацій, що використовують у своїй діяльності Інтернет і тим самим несуть збитки, якщо у співробітників з’являється патологічна пристрасність до перебування on-line.

У юнацькому віці надмірне захоплення комп’ютерною діяльністю стає характерним для осіб з вираженими рисами інфантилізму, такими як слабко розвинене почуття обов’язку, відповідальності, прагнення до розважальних заходів, негайне задоволення своїх бажань і т. д. Наприклад, дорослий чоловік, проживаючи із дружиною й дитиною в одній кімнаті, може грати на комп’ютері цілу ніч, не звертаючи уваги, що створює незручності для інших членів родини. Або психолог-консультант у робочий час замикається в кабінеті та протягом багатьох часів грає на комп’ютері, у те час як його безуспішно розшукують клієнти.

Розпізнавання комп’ютерної залежності в телефонному консультуванні проводиться з використанням прийомів активного вислуховування. Консультативна бесіда торкається з’ясування обставин, що мають відношення до хворобливої пристрасності.

Вивчення взаємодії комп’ютерних технологій і соціуму є особливо актуальним. Також можна відзначити, що ці проблеми усе більше зміщуються зі сфери приватного життя людей, діяльності фірм, що виробляють комп’ютери, периферійне обладнання й програмне забезпечення у сферу політики й державного регулювання. При цьому існують складності, оскільки бар’єром є відсутність або низький рівень знань у людей, відповідальних за прийняття рішень.

Однак існують і інші аспекти даної проблеми. Присутність комп’ютера в повсякденності підлітка впливає на його інтереси. Можливими є кілька

варіантів. По-перше, при розмитих і невизначених інтересах ця нова сфера застосування енергії й вільного часу, анонімність у мережі, що дозволяє реалізувати його таємні бажання, може цілком поглинути його.

По-друге, при певному складі особистості, спрямованості й схильності до програмування, наявності комп'ютера й захоплене вивчення всього, що з ним пов'язане, може зробити з такого парубка перспективного фахівця у сфері комп'ютерних технологій.

По-третє, при наявності в підлітка інтересів у літературі, музиці, спорті й т. д., можливий перерозподіл обмежених ресурсів часу. Сфера комп'ютерних технологій у сполученні з іншими галузями може утворювати множину форм зайнятості молодих людей — подібна універсальність є дуже важливою характеристикою. Комп'ютерні мережі, наприклад Інтернет, надають можливість спілкуватися по питаннях, що цікавлять, знаходити потрібну інформацію. Все більше поширення дістають бібліотеки з електронними версіями книг, при цьому традиційна книга навряд чи втратить своє значення в житті людини.

Аналогічні процеси відбуваються з музикою, образотворчим мистецтвом і т. д. Комп'ютер, комп'ютерні мережі виступають у ролі інструментів, що дозволяють реалізовувати творчий початок людей у нових формах і спілкуватися з величезною кількістю людей, що зовсім нещодавно було неможливо навіть уявити.

Щоб допомогти молоді пристосуватися до умов реальності, потрібно шукати контури сучасної цілісної концепції людини як адаптивного творіння, що адаптує на основі аналізу єдності й взаємозалежності соціального й природного аспектів адаптації. Проблема адаптації людського соціуму здійснюється не стільки за рахунок адаптивних фізіологічних здібностей, скільки за рахунок побудови надіндивідуальної адаптивної системи — культури. Соціум є саморегулюючою системою, що має здатність до адаптивного поведіння в навколишній середовищі. На відміну від активності тварин людська діяльність являє собою не просто адаптивний процес, а процес, що адаптує, тобто пристосування до природного середовища шляхом її масштабної предметної переробки, що веде до створення штучного середовища існування людини.

Особливості пристосування інформації сучасною людиною містяться у такому:

1. Розвиток аудіовізуальних засобів передачі інформації (телефон, радіо, кіно, телебачення) і, особливо, комп'ютерних технологій у багато разів розширив і якісно змінив потік інформації, що обрушується на людину, до крайності загостривши проблему адаптації людини до цієї інформації. Засоби інформаційного впливу роблять величезний вплив на свідомість людини й культуру. У нашому суспільстві значною мірою засвоюються ролі й правила поведінки в суспільстві з телевізійних передач, газет, фільмів і інших засобів масової інформації. Символічний зміст, представлений у цих ЗМІ, впливає на процес соціальної адаптації, сприяючи формуванню певних цінностей і зразків поведінки.

2. З'являються такі адаптивні механізми, як утворення соціальних структур по групах ідентичності й стереотипність масової культури й ма-

сової свідомості. Утворення соціальних структур по групах ідентичності можна розглядати як адаптивний механізм у боротьбі людини за збереження свого колективного "Я" у світі, де розпадаються старі соціальні зв'язки. Масова культура, як і стереотипізація, є адаптаційним механізмом, що виконує роль психологічного регулятора в житті суспільства й окремого індивіда. Без стереотипів людина не впоралася б з тим обсягом інформації, що отримує із зовнішнього світу.

3. Виділяються проблеми екології людини, пов'язані з бурхливим розвитком інформаційних технологій. У цьому зв'язку спостерігається негативна адаптація як на біологічному (комп'ютерний зоровий синдром, нервово-м'язові захворювання), так і на соціально-психологічному рівні (залежність від Інтернету й комп'ютерних ігор, травмування дитячої психіки сценами насильства на екрані). В останній чверті ХХ століття розгорнулася індустрія дозвілля, що збагатила ринок розваг комп'ютерними іграми. Комп'ютер витісняє традиційні форми гри й ігрового спілкування, що має як позитивні, так і негативні наслідки. Комп'ютерні ігри з малих років супроводжують підростаюче покоління, з одного боку, викликаючи гіподинамію, атрофію опорно-рухового апарата й м'язової мускулатури, що можна трактувати як негативну адаптацію, з іншого боку, швидко розвиваючи інтелект, логічне мислення й уяву людини. На відміну від традиційних ігор, особливо в ході якого-небудь свята, що має нерідко ритуальний, нетворчий характер, електронні ігри найчастіше знаходяться на грані з мистецтвом, вимагаючи доповнення електронних образів уявою й включення в дію інтелектуальної активності. У той же час комп'ютерні ігри можуть виробляти в деяких індивідів пасивну позицію, тоді як у реальних іграх відбувається контакт із живими партнерами й розвивається фізичний і духовний потенціал особистості. Комп'ютерний гравець звикає переміщатися з одного віртуального світу в інший, швидко сприймати незнайомі ситуації й адаптуватися до них. У суспільстві, що змінюється бурхливо, розвинута інтелектуальна гнучкість забезпечить пристосування до нових, несподіваних реалій. Комп'ютерні ігри виконують, таким чином, функцію соціалізації молоді в постіндустріальному суспільстві, подібно древнім містеріям.

У результаті створення людиною нового навколишнього середовища (міський, інформаційної) виникає ситуація, при якій організм людини не має підготовленої еволюцією норми реакції й тому реагує на зміни середовища появою нових професійних захворювань, хронічною напругою адаптаційних систем. Діапазон пристосувальних можливостей людини, як будь-якої живої істоти, обмежений. Перераховані проблеми, що виникають у ході взаємодії людини й сучасного інформаційного середовища, вимагають подальшого комплексного осмислення для пошуку оптимальних шляхів їхнього вирішення.

Підводячи підсумки, необхідно відзначити, що інформаційне середовище є чинником, що вимагає фундаментально нової адаптації людини. Специфіка сучасного інформаційного середовища веде до корекції існуючих природних і соціальних механізмів адаптації людини й виробленню нових.

Інформаційні технології, ставши стрижнем сучасного світу, змінюють не просто якість і зміст життя сучасної людини, вони загрожують трансформувати сам спосіб його буття у світі.

Все вищесказане свідчить про те, що проблема адаптації людини до інформаційного середовища є гостро сучасною, дуже актуальною для новітнього етапу цивілізаційного розвитку людства.

### **Література**

1. Бесоев С. А. Изменения коммуникации в молодежной среде как результат повседневного использования домашнего компьютера // “Молодежь и общество на рубеже веков”. Международная научно-практическая конференция 20-21 октября 1998 г.
2. Гордеева А. В. Захваченность компьютерными играми: психологический аспект. — К., 2004.
3. Килимова Л. В. Роль информационных технологий в саморазвитии личности. — Курск: Курск, гос. техн. ун-т, 2003. — 63 с.
4. Петрова Е. В. Человек и информационная среда: проблемы взаимодействия // “Диалог XXI век”. Материалы международного конгресса 30 июля — 5 августа 2008 г.
5. Фомичева Ю. В., Шмелев А. Г., Бурмистров И. В. Психологические корреляты увлеченности компьютерными играми // Вестник МГУ. Сер 14. Психология. — 1991. — №3. — С. 27–39.
6. Фромм Э. Бегство от свободы. — М., 1995.
7. Шапкин С. А. Компьютерная игра: новая область психологических исследований // Психологический журнал. — 1999. — Т. 20, №1. — С. 86–102.

**Е. А. Диколь-Кобрина**, асист.

Одесский национальный университет имени И. И. Мечникова,  
кафедра общей и социальной психологии

### **ВЛИЯНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА ПСИХИКУ МОЛОДЕЖИ И АДАПТАЦИОННЫЕ МЕХАНИЗМЫ ЭТОГО ПРОЦЕССА**

#### **Резюме**

В современном информационном обществе нужно уметь адаптироваться к новым условиям жизнедеятельности в ограниченное время. Самая важная проблема — проблема молодежи успешная адаптация к современной информационной среде. Информационная среда — фактор, требующий абсолютно новой адаптации человека. Современный информационный средний определенный характер приводит к исправлению существующей природы и социальных механизмов адаптации человека и созданию новых механизмов. Информационные технологии как современное ядро цивилизации изменяют не только качество и суть жизни молодого человека, но угрожают трансформации его существования в современном мире.

**Ключевые слова:** информационное общество, компьютерные технологии, адаптационные механизмы.

**O. A. Dikol-Kobrina**, tutor,  
Odessa I. I. Mechnikov National University,  
general and social psychology department

**INFLUENCE OF AN INFORMATION TECHNOLOGY OF MENTALITY  
OF YOUTH AND ADAPTABLE MECHANISMS OF THIS PROCESS**

**Summary**

In a modern information society it is necessary to be able to adapt for new conditions of ability to live during limited time. The most important problem — a problem of youth successful adaptation to the modern information environment. The information environment — the factor, demanding absolutely new adaptation of the person. The modern information average certain character leads to correction of the existing nature and social mechanisms of adaptation of the person and creation of new mechanisms. Information technologies as change a modern kernel of a civilization not only quality and an essence of a life of the young man, but transformations of its existence in the modern world threaten.

**Key words:** information society, computer technologies, adaptable mechanisms.