

**ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ВЛИЯНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ И
ОСОБЕННОСТИ ИХ ВОЗДЕЙСТВИЯ НА РАЗНЫЕ КАТЕГОРИИ
ЗАНЯТЫХ: НЕДАВНИЕ ВЫПУСКНИКИ, ЛЮДИ СРЕДНЕГО
ВОЗРАСТА, С ИНВАЛИДНОСТЬЮ, ПОЖИЛЫЕ**

Аннотация: в данной статье рассматривается культура и быт в современном ключе – это научно-технический прогресс, интернет и социальные сети. Особое внимание уделяется тому, как социальные сети влияют на развитие личности, в том числе его профессиональное развитие. Также рассматривается, какая категория наиболее подвержена влиянию социальных сетей.

Ключевые слова: психологическое влияние, социальные сети, реальная действительность, виртуальная действительность, недавние выпускники, люди среднего возраста, пожилые, люди с инвалидностью.

Resume: this article discusses culture and life in a modern way - it is scientific and technological progress, the Internet and social networks. Particular attention is paid to how social networks affect the development of the individual, including his professional development. It also considers which category is most affected by social networks.

Key words: psychological influence, social networks, reality, virtual reality, recent graduates, middle-aged people, elderly, people with disabilities.

Жизнь настолько прекрасна, неповторима и разнообразна, что никогда не перестанет удивлять живых обитателей. Огромная, космическая Вселенная,

планеты, водный мир, невообразимая флора и фауна и, само собой разумеется – *Человек*, который является *биосоциальным существом*, способным к сознательной деятельности (определение дано известным психологом Ананьевым в учебнике Маклакова «Общая психология»).

На протяжении веков человек стремится к преобразованию окружающей его среды, в основе чего лежит *деятельность*, что и ведет к постоянному изменению его быта (известный психолог Ананьев). От первобытных орудий труда, аграрной, а затем индустриальной эпохи человеческое общество тихими шагами подошло к постиндустриальной или информационной эпохе, известной нам научными и техническими достижениями: компьютеры, телефоны, планшеты, мультиварки, роботы, лазерные операции, искусственные органы. (Например, искусственное сердце с 1952 года. Когда одним из самых первых искусственных органов в истории человечества являлся – протез зуба, так как данные протезы обнаруживали у мумий в Египте) [3,33].

Несомненно, научно-технический прорыв во многом облегчил жизнь человека. Например, благодаря достижениям в области медицины, человек может прожить значительно больше, а также способен получить более качественное медицинское обслуживание, более точную постановку диагноза и менее ошибочное лечение. Благодаря технике биосоциальному существу намного проще выполнять работа по дому, когда в определенных случаях и вовсе нет необходимости, так как роботы, в самых развитых странах, таких как Германия, США, Япония могут заменить любую домработницу (первый в мире робот – Паровой человек появился в 1865 году, когда слово «робот» впервые применился чешским писателем, и его слово в переводе с чешского означало «принудительный труд»). Благодаря технике человеку намного проще выполнять свои профессиональные обязанности. Например, нет нужды хранить огромные папки, забитые до отказа документы, когда можно внести всю информацию в картотеку компьютера. Кроме того, любые сложные механические работы способны проводить машины и во многом облегчать жизнь человека. Нет нужды часами напролет сидеть в библиотеке, когда всю

интересующую информацию можно получить в интернете. Также из интернета есть возможность получить книги, электронные письма, сообщения и даже звонки. [2,16].

Вот мы и добрались до современных способов коммуникаций. Имеются в виду всем известные социальные сети, без которых не могут представить себе жизнь многие люди. Самыми известными социальными сетями являются инстаграм, VK, Facebook и другие. Используя их, люди могут общаться, обмениваться сообщениями, фотографиями, видео, слушать музыку, играть в онлайн игры. Общение в реальной жизни постепенно утрачивает свое влияние. Человек начинает больше предпочитать виртуальное общение в социальных сетях, чем «живое» в реальной действительности. И чем больше человек привыкает к виртуальному общению, тем больше оно становится для него в порядке вещей, чем-то естественным... и... связь с реальным миром начинает распадаться [3,30].

Что подразумевается под *реальной или физической действительностью*? Это тот материальный мир, в котором мы функционируем. Точнее говоря, реальность является *объективным миром*, который существует независимо от сознания людей. Когда *субъективной реальностью* является то, как человек посредством *психики* воспринимает окружающую его объективную действительность (общая психология). Также данная реальность изучается философией [1,21].

Тогда что же является *виртуальной действительностью*? К ним относятся сны, галлюцинации, видения, а также компьютерные образы. Изучением данного вида реальности в большей степени отведено информатике [1,21].

Помимо реальной и виртуальной реальности существует дополненная реальность, представленная в 3D формате, когда совмещает два предыдущих вида реальности [1,22].

В современном мире человек на физиологическом уровне находится в реальной действительности, когда его сознание все глубже погружается на дно виртуального мира. Ведь чем дальше человек находится в виртуальном мире,

тем сильнее начинает воспринимать его за реальность, точнее за материальный мир [4,90].

Рассмотрим, как влияют на психическое развитие ребенка социальные сети на основании результатов исследования профессоров Стэнфордского Университета – Клиффорд Насс и Байрон Ривз, которые были оформлены в их научном труде *The Media Equation*. Ими были проведены исследования, суть которых являлось изучить реакцию человеческого мозга на графические изображения. Результатом стало известно то, что мозгом не фиксируются какие-либо различия в восприятии реальных и виртуальных образов. Поскольку мозг человека формировался с древнейших времен, когда не было известно о виртуальном мире, когда человек жил только реальностью. Поэтому мозг не выработал способность отличать реальный мир от его копии. И ученые пришли к выводу, что сначала мозг воспринимает любую картинку за реальность и только через доли секунды определяет, что это виртуальность. И чем реалистичнее выглядит картинка, тем дольше мозг начинает обрабатывать поступающую информацию. Поэтому чем дольше ребенок будет сидеть в социальных сетях, тем сильнее он начнет воспринимать социальные сети за реальность [5,19].

Более того, человек любого возраста может начать сознательно заглушать импульсы головного мозга и сознательно воспринимать мир компьютерной симуляции за реальность, чтобы избежать реальных жизненных проблем. Ведь в мире компьютера позволительно делать намного больше, чем в реальности [5,14].

В результате вышеизложенного у человека могут быть следующие негативные последствия развития психики после социальных сетей [4,67]:

- 1) потеря связи с реальностью. Дезориентация [4,58];
- 2) трудности в коммуникации [4,60];
- 3) ослабление умственной деятельности [4,62];
- 4) нарушение функций речи и развитие психических болезней [4,64];
- 5) нехватка времени [4];

- 6) ухудшение самочувствия, сна, развитие физических болезней [4,65];
- 7) склонность к суициду [4,68];
- 8) развитие жестокости или отсутствие эмоций [4,69].

Если говорить о положительном влиянии социальных сетей, то стоит упомянуть: общение с людьми, которые находятся очень далеко, человек не чувствует себя одиноким, больше возможностей для знакомства с друзьями [4,70]].

Все это имеет огромное влияние на профессиональное развитие личности. Поскольку в современном мире человек подвержен сильному влиянию техники, то будет непременно держать ее возле себя. Вследствие чего он невольно начнет отвлекаться на бесконечные звонки, сообщения, смс, переписки и т.д., что способно существенно отразиться на качестве выполнения должностных обязанностей. Данная выработанная привычка способна сформировать у работника безответственность, безынициативность, пренебрежительное отношение к своим обязанностям, рассеянность, лень, равнодушие и жестокость. В силу выше перечисленного, работник может нагрубить клиенту, забыть о клиенте, допустить массу ошибок, проявить невнимательность, загубить свое физическое и психическое здоровье.

Кроме того, учитывая, что человек в далеком будущем может не отличить реальность от виртуальности, скорее всего, способно говорить о том, что профессиональное развитие личности будет происходить в качественно другом мире.

Перейдем к особенностям влияния социальных сетей на граждан разных категорий.

1) *Недавние выпускники*. Имеются в виду молодые специалисты, недавно окончившие учебное заведение. Особенностью данной категории граждан считается то, что им пришлось столкнуться с научно-техническим прогрессом в раннем возрасте, в результате чего виртуальный мир является для них более чем обыденностью. Их жизнь протекает в социальных сетях. Поэтому они наиболее подвержены влиянию виртуальной реальности [4,50].

2) *Граждане среднего возраста.* Процесс виртуальной реальности затронул их значительно позже, чем более молодые поколения, поэтому они менее подвержены негативному влиянию [4,50].

3) *Пожилые граждане.* У людей данной категории развиты и активны разные зоны головного мозга, но те зоны, которые воспринимают виртуальный мир, у них не являются активированными. Поэтому они наименее подвержены его влиянию [4,40].

4) *Граждане с инвалидностью.* Они могут относиться к разным возрастным когортам и могут носить особенности тех когорт, к которым они принадлежат. Данная категория граждан отличается от остальных физическими возможностями, вследствие чего они могут проводить за компьютерами больше времени, чем остальные. Физические особенности могут оказывать и на психическое состояние граждан, поэтому у них может возникать все большее желание погружаться в мир онлайн игр и социальных сетей. Когда совокупность физиологических и психических особенностей способна оказать влияние и на социальную сферу. При возникновении трудностей в общении с реальными людьми, они вполне могут проводить много времени в социальных сетях [4, 20].

Таким образом, социальные сети способны нести определенную опасность для психического развития детей, когда в тоже время не лишены своих плюсов. Для профилактики многих негативных последствий, описанных выше, стоит рекомендовать соблюдать «компьютерный режим». Иными словами говоря, необходимо проводить время за компьютером, в том числе социальными сетями ограниченное количество времени. Также в качестве рекомендаций советуется детям больше проводить времени на свежем воздухе, уделять время развивающим играм, ложиться спать в одно и тоже время, правильно питаться.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1 Войтов, А.Г. Наука о науке: философия, метанаука, эпистемология, когнитология: монография / А.Г. Войтов. – 6-е изд. – М.: Дашков и К, 2019. – 426 с. – ISBN 978-5-394-03401-5. – Текст: электронный // Электронно-библиотечная

система IPR BOOKS: [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/85662.html> (дата обращения: 27.09.2019). – Режим доступа: для авторизир. Пользователей

2 Крюкова, А.А. Теоретическая инноватика: учебное пособие / А.А. Крюкова. – Самара: Поволжский государственный университет телекоммуникаций и информатики, 2017. – 294 с. – ISBN 2227-8397. – Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/75410.html> (дата обращения: 27.09.2019). – Режим доступа: для авторизир. Пользователей

3 Назаретян, А.П. Цивилизационные кризисы в контексте Универсальной истории. Синергетика, психология и футурология / А.П. Назаретян. – М.: Пер Сэ, 2001. – 240 с. – ISBN 5-9292-0031-9. – Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/7446.html> (дата обращения: 27.09.2019). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

4 Резепов, И.Ш. Общая психология: учебное пособие / И.Ш. Резепов. – 2-е изд. – Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2019. – 110 с. – ISBN 978-5-4486-0427-0. – Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/79807.html> (дата обращения: 27.09.2019). – Режим доступа: для авторизир. пользователей

5 Чугунов, А.В. Социальная информатика: учебное пособие / А.В. Чугунов. – СПб.: Университет ИТМО, 2012. – 223 с. – ISBN 2227-8397. – Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/67550.html> (дата обращения: 27.09.2019). – Режим доступа: для авторизир. Пользователей.