

Министерство образования Республики Беларусь

Учреждение образования
«Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка»

**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ**

*Материалы студенческой и аспирантской
научно-практической конференции*

Минск, 16 мая 2008 г.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Минск 2009

Влияние компьютера на психику человека

*Н.А. Малиновская, III курс,
математический факультет БГПУ.
Научный руководитель – преподаватель
М.А. Хомчик*

Одной из актуальных проблем современной психологии является проблема сохранения и укрепления психического здоровья личности. В связи с этим важно знать и изучать те факторы, которые оказывают на него существенное влияние. Одним из таких факторов является компьютер.

Влияние компьютера на психику человека многогранно. Длительная работа за компьютером негативно сказывается на многих функциях организма человека: высшей нервной деятельности, эндокринной, иммунной и репродуктивной системах, на зрении и костно-мышечном аппарате, что, безусловно, отразится и на его психическом состоянии. Однако для нас наибольшее значение имеет то влияние компьютера,

которое он оказывает на психику человека. Если зрение, слух могут испортиться посредством мыши, клавиатуры или монитора, то на психику в первую очередь влияют игры и Интернет. Это то, что «затягивает», то, от чего невозможно оторваться, то, без чего многие больше не представляют своей жизни — это маниакальная зависимость от Интернета или от игр: интернетомания, игромания.

Ученые выделяют следующие психологические симптомы интернетзависимых людей:

- хорошее самочувствие или эйфория во время работы за компьютером;
- невозможность остановиться;
- увеличение количества времени, проводимого за компьютером;
- пренебрежение семьей и друзьями;
- ощущения пустоты, депрессии, раздражения вне компьютера;
- ложь работодателям или членам семьи о своей деятельности;
- проблемы с работой или учебой.

Все эти симптомы можно встретить у людей с любой другой зависимостью, будь то алкоголь, наркотики или работа. Со временем, если не предпринять никаких мер, состояние зависимых усугубляется, превращаясь в манию. Испытывая эйфорию за компьютером, они одновременно культивируют в себе неуравновешенность, рассеянность, неряшливость, самоизоляцию, потерю всяких привычных ценностей, потерю внутренних ориентиров, безразличное отношение к близким. Глубоким заблуждением многих людей, живущих с интернетзависимыми родственниками, в том, что вышеперечисленные качества они воспринимают на свой личный счет, пытаясь призвать «зависимого» человека к этическим нормам. Но это является заблуждением. Эти люди больны, и болезнь их ведет к глубоким изменениям личности, появлению новых, довольно неприятных черт характера.

Если взрослые люди более или менее осознанно делают свой выбор, то дети зачастую становятся заложниками образа жизни своих родителей. К сожалению, помимо подстерегающей их компьютеромании существует ряд других побочных эффектов от долгого общения с ком-

пьютером. Дети быстро приспосабливаются к окружающему миру и к миру компьютеров тоже. Многие изменения можно не заметить сразу «невооруженным глазом» (их сможет определить только опытный педагог или психолог). Например, это может отражаться на их эмоциональном плане, может наблюдаться повышенная агрессивность. Дети перестают фантазировать, становятся неспособными создавать собственные визуальные образы, с трудом обобщают и анализируют информацию. Компьютер может стать причиной долговременных нарушений в области психического и интеллектуального развития детей. У так называемого «компьютерного поколения» хуже работают некоторые виды памяти, наблюдается эмоциональная незрелость, безответственность.

Таким образом, компьютер может стать как другом, так и врагом, помочь в беде или добавить проблем, может помочь найти единомышленников или привести к одиночеству. Важным в решении данной проблемы является создание условий для полноценного психического развития детей на каждом этапе онтогенеза.