

ТЕНДЕНЦИИ ЦИФРОВИЗАЦИИ ЛИЧНОСТНОГО БЫТИЯ ЧЕЛОВЕКА

Гаврилович Д.Д.

*Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники
г. Минск, Республика Беларусь*

Лагунова Е.Н. – преподаватель

Аннотация. Работа посвящена исследованию влияния информационных технологий на когнитивные способности и сознание человека.

В эпоху цифровизации, когда технологии проникают в каждый аспект нашей жизни, мы сталкиваемся с фундаментальными изменениями в том, как мы воспринимаем мир и самих себя. Цифровизация личностного бытия человека – это не просто переход к новым способам коммуникации и обработки информации, это переосмысление самой сущности человеческого опыта и когнитивных процессов. Влияние информационных технологий на когнитивные функции человека (способность понимать, изучать, воспринимать и перерабатывать внешнюю информацию) – одна из самых обсуждаемых тем в контексте цифровизации.

Современные исследования показывают, что постоянное взаимодействие с цифровыми устройствами и информационными потоками оказывает значительное влияние на внимание, память и мышление. Подобные мысли посещали ещё древнегреческого философа Сократа [1]. Он высказывался против письменности; считал, что она вредит нашей памяти, ведь человек перестаёт её развивать и упражнять, он становится зависимым от записанной информации.

Плюсы нашей высокотехнологической цивилизации бесспорны, но нынешнее взрывное развитие технологий не только меняет наш привычный образ жизни и коммуникации, но также быстро изменяет структуру нашего мозга и когнитивных процессов.

Человечество использует различные новые технологии уже достаточно давно, но при этом мы продолжаем запоминать информацию, когда это необходимо. Технологии уменьшили наши потребности в некоторых когнитивных способностях, но это не означает, что мы утратили умение их применять. Цифровизация приводит к тому, что у человека формируются иные черты его субъектности [2]. Так, становится необходимым философско-рефлексивное осмысление последствий данного процесса. Цифровые технологии активно внедряются во все сферы жизни. Мы уже не можем представить наше существование без компьютеров, смартфонов и других устройств, имеющих доступ в интернет, часто полагаясь на них не критически.

Рассмотрим ключевые аспекты влияния цифровизации на память и мозг:

1. Цифровая амнезия, или «эффект Google».

Явление цифровой амнезии описывает тенденцию людей к забыванию информации, которую можно легко найти в интернете. В результате, вместо запоминания фактов, люди запоминают, как и где искать нужную информацию.

2. Изменения в структуре мозга.

Интенсивное использование цифровых технологий может привести к изменениям в структуре и функциях мозга. Исследования указывают на возможное замедление формирования лобных долей и уменьшение объема серого вещества.

3. Рассеянность внимания.

Постоянные уведомления от цифровых устройств и частая смена задач могут привести к снижению способности концентрироваться на одной задаче, что влияет на качество внимания.

4. Многозадачность.

Цифровая среда часто требует одновременного выполнения нескольких задач, что может ухудшать качество внимания и уменьшать глубину обработки информации.

5. Клиповое мышление.

Человек не способен сосредотачивать внимание на большом объеме однородной информации, он воспринимает только фрагменты [2]. Причиной невозможности концентрации внимания в течение длительного времени является огромное количество информации, к которой человек имеет доступ. Это состояние так называемой «интеллектуальной лени».

Данный тип мышления имеет отрицательные черты: снижает концентрацию, не развивает умение глубокого понимания вещей, что повышает восприимчивость к манипуляциям. Сегодня из-за нацеленности обучения на иное восприятие, более консервативное, затруднено получение образования. Но существуют и положительные свойства «клипового мышления»: оно облегчает работу головного мозга, люди могут сосредотачиваться на нескольких задачах одновременно, развивает быструю реакцию на внешние раздражители. Таким образом, «клиповое мышление» является адаптацией к новым реалиям.

Цифровая среда также формирует наши знания и способность к обучению. Она предоставляет доступ к огромному количеству информации и знаний, что, безусловно, является положительным

моментом. Однако, это также создаёт вызовы, связанные с необходимостью фильтрации и критической оценки этой информации. В этом контексте цифровая грамотность становится ключевым навыком, позволяющим не только понимать и использовать технологии, но и развивать умения, необходимые для борьбы с информационным шумом и манипуляциями.

Одним из спутников цифровизации часто называют «цифровую деменцию» – снижение когнитивных способностей [3]. У людей ухудшается память, усложняется восприятие информации, им трудно сосредоточиться. Вследствие наличия «внешней памяти» и иных вспомогательных устройств у людей нет потребности, развивать собственные когнитивные навыки, ведь познание всегда мотивированно. Но возможность улучшить способности остаётся. Таким образом, можно объяснить явление «цифровой деменции» отсутствием мотивации. Субъект не видит потребности в выполнении определенной задачи. Также существует мнение, что продолжительное время, проведенное перед экранами, может негативно влиять на мозг и увеличивать риск развития болезни Альцгеймера.

Современная среда не располагает к улучшению памяти, познания, речи. Возможно, мир стремится к тому, что подобные навыки и вовсе перестанут быть нужными. Уже сейчас мы имеем портативные устройства, которые могут запомнить безграничный объем информации и найти любые данные. Тогда нужно ли нам вообще развивать когнитивные способности? Зачем нам навыки познания, память, мышление, если будут существовать аналоги, не требующие никаких затрат от организма? Вопрос очень серьезный. В этом ли наше будущее? Как бы то ни было, человек уже адаптируется к новой жизни. Вероятно, что развитие нашей науки пойдет по направлению тотальной цифровизации. Но за людьми всегда есть выбор. Свои когнитивные способности можно тренировать.

Существует такое понятие, как «цифровой детокс» [4]. Это не только полный отказ от цифровых технологий, но и замена их на иную деятельность, развивающую человека во всех направлениях. Цифровой детокс, хотя и предполагает временное отстранение от цифровых устройств, также способствует укреплению социальных связей и повышению осознанности в повседневной жизни. Цифровой детокс может стать не только способом восстановления личного пространства и времени, но и средством развития критического мышления и аналитических навыков, необходимых для фильтрации и осмысления огромного потока данных.

Неоднозначность влияния информационных технологий на когнитивные функции отмечена в одном из исследований. Среди студентов Дагестанского государственного университета в возрасте 18-22 лет по методике Э. Крепелина была выявлена прямо пропорциональная зависимость выраженности когнитивных функций от уровня информационной нагрузки. При высоком уровне последней умственная работоспособность, вработываемость и психическая устойчивость были лучше, чем при низком уровне информационного потока. Однако анализ количества ошибок в начале и в конце тестирования показал, что в группах со средним и высоким уровнем восприятия информации количество ошибок возрастало к концу выполнения задания, что может указывать на истощаемость внимания и снижение работоспособности. Подобных изменений не обнаружено в случае низкой информационной нагрузки. В случае сильного информационного воздействия выявлены низкое значение скорости, переработки информации и коэффициента умственной продуктивности. При этом студенты затрачивали меньшее количество времени на подготовку к основной работе [5].

Среди младших школьников лучшие результаты нейропсихологического тестирования показывала группа со средней онлайн-активностью. Эти дети лучше контролировали весь процесс выполнения заданий, включая анализ условий заданий, усвоение алгоритма действий, переключение с одного задания на другое, меньше утомлялись. Также они имели более высокую избирательность зрительной памяти, больший объем слухоречевой памяти. Их вербальные функции были лучше сформированы. Наихудшие результаты тестирования были отмечены в группе младших школьников с высокой онлайн-активностью.

Таким образом, цифровые технологии очень стремительно, масштабно вошли в жизнь современного человека. От их влияния уже невозможно избавиться. При желании их воздействие на отдельных субъектов можно ограничить. Важно иметь в виду, что все отрицательные свойства цифровизации возможно направить на благо общества. Однако, если говорить о далеком будущем, никто не отрицает тот факт, что и мотивации исправлять их уже может и не быть. Цифровизация меняет мир и самих людей, но человек может адаптироваться к различным условиям: влияние цифровых технологий, вероятно, не станет исключением.

Список использованных источников:

1. Платон. Диалоги / Платон. – М. : Издательство АСТ, 2019. – 352 с.
2. Степин, В. С. Цивилизация и культура / В.С. Степин. – СПб. : СПбГУП, 2011. – 408 с.
3. Шпицер, М. Антимозг. Цифровые технологии и мозг / М. Шпицер, А.Г. Гришин. – М. : Кладезь, 2013. – 288 с.
4. Шаев, Ю.М. Информационная избыточность и цифровой детокс в контексте онтологии коммуникации / Ю.М. Шаев // Гуманитарный вектор. – 2018. – Т. 13. – №2. – С. 23-28.
5. Рабаданова, А.И. Определение степени выраженности когнитивных функций у лиц с различным уровнем информационной нагрузки / А.И. Рабаданова // Вестник психофизиологии. – 2019. – №1. – С. 133-134.