

ВПЛИВ НОВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ НА ЗДОРОВ'Я ЛЮДЕЙ РІЗНОГО ВІКУ

Кохан Діана Миколаївна

доктор філософії(спеціальності 011 Освітні, педагогічні науки),
викладач кафедри української мови, основ психології та педагогіки
Харківський національний медичний університет

Стельмах Анастасія Вячеславівна

студентка 2 курсу 1 медичного факультету
Харківський національний медичний університет

Україна розвивається шаленими темпами в усіх галузях, дотримуючись європейського напрямку, а отже населення живе в епоху новітніх відкриттів. Сучасні технології стали невід'ємною частиною життя, а тому і головною та актуальною темою для обговорювання та дослідження. Однак ці швидкі зміни мають як позитивне значення – швидкість виконання та опанування певними видами діяльності, відпрацювання складних етапів роботи, зокрема у медичній галузі – операцій, народження дитини тощо, так і негативних – невстигання опанувати одні технології, як вже з'являються інші й як наслідок – вплив на здоров'я людини.

Науковці вже багато років досліджують питання впливу різних факторів, зокрема новітніх технологій на здоров'я людини. Цією темою цікавилися такі дослідники: М. Г. Абрамов, В.Н. Багрій, В.М. Бондаровська, А. Колдінг-Йоргенсен, О. Р. Ткачишина, А. Сігман, С.С. Федушко разом з У.В. Сікорською та К.В. Усик та інші.

Метою дослідження є аналіз наукової літератури щодо теоретичних та статистичних даних впливу новітніх технологій на психічне здоров'я людини, які трапляються в медичній практиці.

Сьогодення неможливо уявити без новацій, зокрема широкого розповсюдження набули такі інтелектуальні розробки: розумний дім – «Smart House», що може контролювати певні процеси без хазяїна; робот-пилесос, який самостійно прибере підлогу; комп'ютер, який може розв'язати різноманітні задачі. З одного боку, вони полегшують наше життя, а з іншого – існує ризик панування штучного інтелекту над людським. Виникає загроза безробіття та знеціненню виду Homo Sapiens. Це багатьох лякає, а тому й впливає на психологічний стан. Крім того, останнім часом технології певним чином порушують спокійне життя, адже мають певні пристрої слідкування та контролю. Наприклад, в гаджетах є GPS-навігатор, який може визначати місце знаходження; у багатьох обладнаннях наявні камери та мікрофони.

Багато людей настільки звикли до комфортного життя з технологіями, що все частіше розвивається Інтернет-залежність. Це особливо стосується підлітків, адже у віці 10-19 років в організмі відбуваються складні процеси формування світогляду. Якщо людина через інформаційні ресурси, комп'ютерні ігри отримує

яскраві емоції та враження, то вона стає залежною від них і не хоче повертатися до реального життя [1, с.3-5]. О. Р. Ткачишина у своїй роботі також стверджує про вплив комп'ютерних ігор на духовний розвиток людини. Існує ризик появи нозофобії [4, с.152-153].

Значний вплив на психічне та фізіологічне здоров'я має зміна циркадного ритму. Якщо ввечері довго дивитися на екран електронного пристрою, то нервові клітини сітківки сприймають синє світло і передають цю інформацію в мозок. Наш розум асоціює світло з днем, коли на вулиці сонце і програмує організм на роботу, а не відпочинок, таким чином виникає безсоння. У науковому виданні *Frontiers in Psychiatry* міститься дослідження на тему, що стосується впливу смартфонів на сон. За результатами опублікованого дослідження- люди, які багато часу проводили з телефонами, мали на 41% більше проблем зі сном[2].

Мозок потерпає від безмежного інформаційного ресурсу. Масив потрібних та зайвих знань, які зустрічаємо на просторах Інтернету, заповнює пам'ять й певним чином впливає на процеси мислення людини. За одиницю часу особистість отримує перебільшену кількість інформації, яку не встигає обробляти. Це має поганий вплив на самопочуття, може викликати інформаційний невроз, роздратування, погіршення уваги та втому. На превеликий жаль, з такими скаргами все частіше звертаються до медичних працівників.

Відомий психолог А. Колдінг-Йоргенсен стверджує, що підлітки втрачають комунікаційні навички, тому що більшість живе в соціальних мережах, адже наразі у кожного є гаджети, які впливають на соціальний аспект життя. Однак, не зважаючи на людську потребу у реальному спілкуванні, люди все більше надають перевагу віртуальним друзям. Дослідники (А. Колдінг-Йоргенсен, О. Р. Ткачишина, К.В. Усик та ін.) та демографічні показники стверджують, що в деяких країнах навіть знизилась кількість шлюбів[2].

Попередні факти характерні здебільшого для молоді та підлітків, які йдуть в ногу з часом. С.С. Федушко разом з У.В. Сікорська, К.В. Усик провели наукове опитування щодо негативного впливу технологій на дітей і отримали такі результати: вплив на психіку – 5,1%, зниження розвитку дитини – 20,3%; життя у віртуальному середовищі – 13,6%; вплив на психіку – 5,1%; залежність від інтернету – 34,6%; виникнення асоціальності – 3,1%; зниження розвитку дитини – 20,3%; погіршення стану здоров'я дитини (зір, осанка, нервова система) – 35,8%; життя у віртуальному середовищі – 13,6% [3, с. 183-184].

Що стосується людей похилого віку, то їм все складніше сприймати зміни, які відбуваються в електронний епоху. Багато людей, яким більше 50 років, не знають інформаційної грамотності, дехто має бажання вчитися, а хтось категорично проти сучасних технологій, тому надають перевагу живому спілкуванню замість віртуального. Так як більшість із людей даної вікової категорії не розуміються в технологіях, це може вплинути на їхнє почуття та самооцінку. Коли людина не вміє те, що вміють більшість інших, то вона відчуває себе «не в своїй тарілці», що також негативно впливає на її здоров'я.

Вищезазначене свідчить, що новітні технології мають негативне значення для людини, однак завдяки новітнім розробкам людство може зберегти та продовжити своє життя. Це технології, що використовуються в медицині.

Звичайно деякі з них порушують правила природного добору, тобто впливають на біологічний ланцюг, тому спостерігаємо в деяких країнах старіння населення. Ще донедавна люди, які мали мутаційні гени, помирили від захворювань, а у подальшому ці хвороби спадково передаються наступним поколінням. Зараз носії таких генів, можуть підтримувати своє здоров'я медикаментозно або новітніми технологіями. Молоде подружжя може звернутися до ЕКО, завдяки чому передачу «поганих» генів можна уникнути. Створення стимуляційних операційних для майбутніх лікарів дозволяє здобувачам до найменших дрібниць відпрацювати ту чи іншу медичну процедуру; винайдення ліків дозволяє забезпечити населення від епідемічної загрози тощо.

Отже, аналіз наукових досліджень та власних спостережень, дозволив зробити такий висновок, що здоров'я людини, зокрема її психічний стан має пряму залежність від усього, що оточує особистість, зокрема новітні технології по-різному впливають на індивіда різних вікових категорій. Подальше дослідження полягає у розробці рекомендацій щодо боротьби негативного впливу новацій на різновікові категорії населення.

Список літератури

1. Багрій В.Н. Вплив соціальних мереж та небезпечної інформації на світогляд людини// *Матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції . У 2-х частинах*. Київ : ГО «Інститут інноваційної освіти», 2016. ч. 2. С. 3-7
2. Наукове видання *Frontiers in Psychiatry* [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.snippetscience.com/a-third-of-young-adults-report-smartphone-addiction-and-are-at-risk-of-poor-quality-sleep> [дата звернення 26.06.2022].
3. Сікорська У.В., Усик К.В., Федущко С.С. Вплив сучасних комп'ютерних технологій на дітей // *Матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції . У 2-х частинах*. Київ : ГО «Інститут інноваційної освіти», 2016. ч. 2. С. 181-184
4. Ткачишина О. Р. Вплив комп'ютерних технологій на розвиток особистості майбутніх програмістів. *Науковий часопис НПУ ім. МП Драгоманова*. Київ. С. 150-155