

Экранға байланған болашақ: цифрлық есірткімен күрес неге нәтижесіз?

Виртуалды әлемнің “тұтқындары”
Қазірге қоғамда таңғы астың орнына,
телефон экранына телміріп отыру
қалыпты жағдай. Бүгінде қоғамдық
көлікте, асханада, тіпті отбасылық
кештерде де адамдардың басы төменге
иіліп, жанары экранға қадалған. Бұл жай
ғана технологиялық прогресс пе, әлде біз
байқамай жатқан әлеуметтік індет пе?
Қазіргі таңда гаджеттерге тәуелділік –
жай ғана әдет емес, психологиялық және
әлеуметтік деңгейде талдауды қажет
ететін күрделі мәселе. Біз ақпаратты
игеріп жатырмыз ба, әлде ақпарат
бізді игеруде ме? Осы сұрақ бүгінгі
мақаламыздың өзегі болмақ.

Алдамшы “лайк” пен дофамин тұзағы
Әлеуметтік желілердің алгоритмі адам
психологиясының ең нәзік тұстарын

ескере отырып жасалған. Әрбір «лайк», әрбір жағымды пікір немесе қысқа видеоның ауысуы мида рахат сыйлайтын дофаминнің бөлінуіне әкеледі. Бұл құбылыс құмар ойындарға тәуелділікке өте ұқсас. Гарвард университетінің зерттеушілері әлеуметтік желілердің мидағы сыйақы орталығын кокаин секілді қоздыратынын дәлелдеген. Жастар арасында “маңызды нәрседен құр қалу қорқынышы” синдромы белең алуда. Жастар желіден тыс қалса, өзін қоғамнан шеттетілгендей сезінеді. Бұл мазасыздық пен күйзеліске тікелей жол ашады. Аналитикалық тұрғыдан қарасақ, бұл мәселе тек уақытты ұрлап қана қоймай, тұлғаның қалыптасу процесін тежейді. Цифрлық тәуелділіктің тағы бір қауіпті қыры – «клиптік ойлау» жүйесі. Қысқа видеолар мен үзік-үзік ақпараттар адамның зейінін шашыратып, терең ойлау қабілетін жояды. Ақпаратты үстірт қабылдауға үйренген жас буын ұзақ мәтіндерді оқудан немесе күрделі логикалық есептерді шығарудан қаша бастайды.

Бұл болашақта білікті мамандардың тапшылығына және қоғамның интеллектуалдық деңгейінің төмендеуіне әкелетін қауіпті фактор.

Статистикалық мәліметтерге сүйенсек, Қазақстан интернет қолданушылар саны бойынша ТМД елдерінің алдында тұр. Бірақ бұл көрсеткіш білім алу үшін емес, көңіл көтеру контенті үшін жұмсалып жатқаны қынжылтады. Кибербуллинг мәселесі де күн тәртібінен түскен емес. Анонимділік пен жазасыздық сезімі адамдарды қатыгездікке итермелейді. Отандық психологтардың пікірінше, соңғы бес жылда жасөспірімдер арасындағы мазасыздық деңгейі екі есе өскен.

Технология – бұл екі жүзді қылыш сияқты. Онымен әлемді тануға да болады, өз еркіндігіңді шектеуге де болады.

Смартфон біздің өмірімізді жеңілдеткенімен, ол біздің сезімдеріміз бен шынайы қарым-қатынасымызды алмастырмауы тиіс. Біз экранның арғы жағындағы «сәттілікке» тамсанып

жағындағы «сәттілікке» тамсанып отырғанда, шынайы өмірдің ең қызықты сәттері қасымыздан өтіп бара жатқанын ұмытпауымыз керек. Смартфонды өшіріп, айналаңызға қараңыз – нағыз өмір экранның сыртында. Біз технологияның қожайыны болуымыз керек, оның құлы емес.