

# Понятие о технофобии.



Технофобия— боязнь, страх) — страх или неприязнь к передовым технологиям или сложным электронным устройствам

Мир современного человека сплошь и рядом состоит из различной техники. Ко многим из этих достижений цивилизации мы давно привыкли, и практически их не замечаем, другие вызывают удивление, восхищение, и конечно, желание приобрести очередное техническое чудо в виде многофункционального кухонного комбайна или последней модели телефона. Но подобное состояние свойственно обычному, здоровому человеку. Если индивидум страдает таким невротическим заболеванием, как технофобия, то у него возникает панический, совершенно неподдельный ужас от того, что приходится пользоваться новым ноутбуком или кофеваркой, снабженной таймером, и в изобилии имеющей различные кнопки. Боязнь новинок технического прогресса является нарушением психики, нуждающимся в коррекции.

Впервые распространение технофобии произошло во времена промышленной революции, и в наши дни данная фобия процветает во всех странах и в различных сообществах. На основании этого некоторые группы людей установили свою определенную позицию, имеющую отдельное мнение по поводу современных технических разработок. Встречаются ситуации, когда новые технологии вступают в конфликт с личными моральными ценностями человека, противоречат их привычным верованиям. Люди предпочитают пользоваться предметами, сделанными по устаревшим технологиям, лишь на том основании, что они кажутся им более удобными, простыми, и экологичными.

Еще один вид технофобии – это страх аварии. Даже сама по себе мысль, что на дороге может что-то произойти, вызывает у технофобов панический страх. Установлено, что технофобии больше подвержены интеллектуальные люди. Были проведены исследования, и ученые доказали, что мозг человека тратит так много энергии на мыслительный процесс, что создался своеобразный защитный механизм.



# ***Причины возникновения технофобии***

Возникновение технофобии может произойти неожиданно, по различным причинам. Например, человек опасается выглядеть глупо, боится испортить сложнейшее, по его мнению, устройство, а в некоторых случаях опасается навредить своему здоровью. Если обратиться к истории, то становится очевидно, что не каждое поколение имело возможность познакомиться с техническими чудесами. В наше время технических новинок столько, что люди просто не успевают о них узнавать. Например, в Японии изобретена собака-робот, которая способна дружить с человеком, как живой пес. Технофобы скептически утверждают, что не исключено создание робота-ребенка, для того чтобы упражняться в воспитании.

В некотором смысле, такое будущее действительно пугает, но в любом случае, новая техника появлялась всегда, и во все времена были личности, которые ее боялись. Исследователи уверяют, что технофобия в большей степени присуща женщинам. Например, семьдесят пять процентов женщин разбирается только в основных функциях мобильного телефона. Это притом, что они больше всего звонят и отправляют смс. Если есть возможность переложить общение с бытовой техникой на мужа и детей, то женщины делают это с удовольствием. Все известны анекдоты про блондинок за рулем автомобиля, но статистика доказывает, что в ДТП женщины попадают значительно реже, именно потому, что боятся управлять машиной.



# *Признаки и лечение технофобии*

Технофобия отличается такими же признаками, как и ряд других фобий. Во время приступа заболевания пациент ощущает внезапную усталость, головную боль, нарушение сердечного ритма, и конечно, безграничное отвращение и ненависть к любому новому устройству. Если возникает необходимость воспользоваться технической новинкой, — например, снять деньги через банкомат, и при этом у человека возникает повышенное отделение пота, возникает страх и растерянность, то это значит, что имеет место приступ технофобии. Организм реагирует выбросом адреналина, а это уже не очень хороший признак.

Тем не менее, психотерапевты советуют придерживаться так называемой золотой середины, и адекватно воспринимать блага цивилизованного мира. Если, несмотря на самые убедительные доводы близких, самостоятельно справиться с технофобией не удастся, следует побывать на приеме у врача психотерапевта. Данная фобия эффективно лечится, и для этого существуют различные методики. Часто оптимальный результат лечения обеспечивают психотерапевтические методы, в случае необходимости сочетаемые с лекарственной терапией.

