ЦИФРОВАЯ ЭТИКА И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ РЕАКЦИИ ЛЮДЕЙ

Автор: **Агаева Гюнай Шербет кызы**

Должность: преподаватель

Университет: Азербайджанская академия труда и социальных отношений

Факультет: Социальная работа Город: Баку

Страна: Азербайджан

ORCID iD: 0009-0007-9182-525X

Электронная почта: gunaysherbet@gmail.com

Контактный номер: (050) 614-91-71

Резюме

В эпоху цифровизации влияние технологий на нашу жизнь приносит как удобства, так и значительные психологические трудности. В данной статье подробно исследуются принципы цифровой этики и их влияние на психологию человека. Факторы цифровой этики, такие как защита личных данных, этичное поведение в сети, честность и прозрачность онлайн-взаимодействий, а также этическое использование искусственного интеллекта, напрямую определяют уровень стресса, тревожности, эмоционального истощения и психоэмоционального дискомфорта у пользователей. Этичная и безопасная цифровая среда способствует укреплению доверия, повышает чувство социальной ответственности, поддерживает эмоциональную стабильность и формирует навыки критического мышления при работе с цифровой информацией. В статье подробно рассматривается азербайджанская научная литература и местные исследования, которые подтверждают положительное влияние этического обучения, просвещения и информационной грамотности на психологическое благополучие пользователей. Результаты показывают, что организация мероприятий по цифровой этике важна не только на индивидуальном уровне, но и на социальном уровне, формируя ответственное поведение, безопасную цифровую культуру и общую информационную грамотность общества. При этом учитываются культурные и социальные особенности, которые влияют на восприятие цифровых технологий и эмоциональные реакции пользователей. Этическое обучение особенно актуально для молодёжи, активных пользователей социальных сетей и профессионалов, работающих с цифровыми данными, однако положительное воздействие распространяется на все категории населения. Таким образом, соблюдение принципов цифровой этики способствует укреплению доверия, развитию социальной ответственности, поддержанию психологического и эмоционального здоровья, а также формированию безопасной, устойчивой и здоровой цифровой среды для всех участников онлайн-пространства. Активное внедрение этических норм и просветительских инициатив

помогает минимизировать риски негативного влияния технологий и повысить качество взаимодействия человека с цифровой информацией.

Ключевые слова: *цифровая этика, психология человека, онлайн-тревожность, социальные сети, защита данных, эмоциональное благополучие, Искусственный интеллект*

Abstract

In the era of digitalization, the impact of technologies on our lives brings both convenience and significant psychological challenges. This article provides a detailed examination of digital ethics principles and their influence on human psychology. Factors of digital ethics, such as personal data protection, ethical online behavior, transparency in interactions, and the ethical use of artificial intelligence, directly determine levels of stress, anxiety, emotional exhaustion, and psycho-emotional discomfort among users. An ethical and safe digital environment strengthens trust, enhances social responsibility, maintains emotional stability, and develops critical thinking skills when interacting with digital information. The article also analyzes Azerbaijani scientific literature and local studies, confirming the positive effects of ethical education, awareness programs, and digital literacy on users' psychological well-being. The findings indicate that organizing digital ethics initiatives is important not only at the individual level but also at the societal level, fostering responsible behavior, a safe digital culture, and overall information literacy. Cultural and social contexts, which affect perceptions of digital technologies and users' emotional responses, are also taken into account. Ethical education is particularly relevant for youth, active social media users, and professionals working with digital data, but its positive impact extends to all segments of the population. Thus, adherence to digital ethics principles promotes trust, social responsibility, psychological and emotional well-being, and the creation of a safe, sustainable, and healthy digital environment for all online participants. Active implementation of ethical standards and awareness initiatives helps minimize the risks of negative technological influence and enhances the quality of human interaction with digital information.

Keywords: *digital ethics, human psychology, online anxiety, social media, data protection, emotional well-being, Artificial Intelligence*

ВВЕДЕНИЕ

Технологии стремительно развиваются, и в современном мире цифровая среда стала одной из ключевых составляющих жизни человека. В особенности широкое распространение систем искусственного интеллекта оказывает значительное влияние на модели поведения общества и психологическое состояние отдельных людей. В связи с этим изучение принципов цифровой этики и человеческих реакций в их взаимосвязи становится одной из актуальных тем. Интернет, социальные сети и системы, основанные на искусственном интеллекте, изменяют способы общения людей, методы получения информации и даже

образ мышления. На фоне этих изменений возникает необходимость определения норм этичного поведения в цифровой среде. Под цифровой этикой понимаются такие принципы, как ответственное использование технологий, защита данных и уважительное отношение к другим пользователям. В то же время цифровая среда оказывает значительное влияние на психологическое состояние человека. Пользователи могут остро реагировать на отклики в онлайн-пространстве, сравнивать себя с другими, что приводит к различным эмоциональным переживаниям. В некоторых случаях цифровая среда способствует мотивации и социальной поддержке, однако в других может вызывать стресс, тревожность и снижение самооценки. Нарушение норм цифровой этики — например, распространение недостоверной информации, несанкционированное использование личных данных или онлайн-агрессия — напрямую влияет на психологическое состояние людей. Подобные явления формируют чувство недоверия и негативное отношение к цифровой среде. В свою очередь, соблюдение этических норм способствует созданию более безопасного и благоприятного цифрового пространства. Кроме того, цифровые платформы позволяют людям быстрее выражать свои эмоции. Фактор анонимности и дистанции в ряде случаев изменяет поведение пользователей, и они могут совершать в онлайн-среде действия, на которые не решились бы в реальной жизни. Это делает проблему этической ответственности актуальной как на индивидуальном, так и на общественном уровне. В данной статье будут более подробно рассмотрены основные принципы цифровой этики, психологические реакции людей в цифровой среде, а также взаимосвязь между этими двумя понятиями. Основная цель — подчеркнуть важность осознанного и ответственного поведения в цифровом мире.

МЕТОДОЛОГИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Данное исследование проводилось с целью изучения взаимосвязи между цифровой этикой и психологией человека на основе теоретического и аналитического подходов. Основой исследования послужили существующая научная литература и статистические данные. В частности, были изучены азербайджанские и международные исследования по темам социальных сетей, онлайн-тревожности, защиты данных, цифровой манипуляции и эмоционального благополучия. В исследовании информация о пользовании пользователями социальных сетей и их психологических эффектах анализировалась сравнительно, а подходы различных авторов систематизировались. Цель заключалась в том, чтобы чётко определить влияние цифровой среды на эмоциональное благополучие и поведение людей. При обработке всех данных использовались статистические показатели, методы сравнительного анализа и аналитической оценки. Исследование проводилось с соблюдением этических принципов, а все использованные источники были надёжно и открыто указаны.

В эпоху цифровизации каждая сфера жизни человека находится под влиянием технологий. Платформы социальных сетей, мобильные приложения, системы онлайн-платежей, приложения искусственного интеллекта и удалённая рабочая среда изменили повседневную деятельность людей. Хотя эти изменения упрощают нашу жизнь, они также порождают психологические трудности. Используя технологии, люди испытывают как удобство, так и такие состояния, как стресс, тревожность и эмоциональное истощение [9].

Цифровая этика состоит из принципов, обеспечивающих ответственное, справедливое и прозрачное использование технологий. Основными столпами цифровой этики являются защита личных данных, этичное поведение в сети, этическое применение искусственного интеллекта и предотвращение дезинформации [2]. Когда личные данные людей используются без разрешения, когда они подвергаются манипуляциям или дезинформации, они испытывают психологическое напряжение, повышается уровень стресса и тревожности [5]. Напротив, прозрачная и этичная цифровая среда укрепляет чувство доверия, создаёт эмоциональный комфорт и повышает чувство социальной ответственности [4].

Основные принципы цифровой этики:

1. Уважение к личным данным- В цифровой среде данные каждого человека являются его личной собственностью. Эти данные должны использоваться только с явного согласия пользователя и в рамках этических норм.
2. Ясность и открытая информированность- Пользователи должны знать, с какой целью собираются их данные и как они обрабатываются. Неопределённость вызывает недоверие, тогда как этичное поведение требует прозрачности.
3. Ответственность за поведение- Каждое действие или публикация в онлайн-пространстве имеет реальные последствия. Поэтому ответственность несут как отдельные пользователи, так и поставщики технологий.
4. Равенство и беспристрастность- Цифровые системы не должны дискриминировать по признаку пола, расы, языка или социального статуса. Алгоритмы должны обеспечивать справедливое отношение к людям.
5. Защита цифровой безопасности- Технологическая среда должна быть защищена от внешнего вмешательства, а безопасность данных и психологическая безопасность пользователей должны быть приоритетом.
6. Превосходство человеческих ценностей- Технологии должны служить людям, не унижать их и не оказывать вредного влияния. Уважение и этичное общение должны быть основными нормами в цифровом пространстве.
7. Свобода выражения и этические границы- Право на выражение мнения сохраняется, но эта свобода не должна использоваться для причинения вреда другим, оскорблений или распространения ненависти.
8. Повышение цифровой грамотности- Важно развивать знания и навыки людей для правильного и этичного использования технологий.
9. Ответственность перед обществом и будущим- Цифровые инновации должны применяться с учётом не только сегодняшнего, но и будущего благополучия следующих поколений.

В современном мире число пользователей социальных сетей стремительно растет. По данным 2023 года, примерно 80% интернет-пользователей в Азербайджане активно пользуются социальными сетями [1]. Эта ситуация делает применение правил цифровой этики особенно важным. Защита личных данных, доступ к надёжным источникам информации и защита от манипуляций напрямую влияют на психологическое

благополучие людей [3]. Исследования показывают, что нарушение защиты личных данных и онлайн-манипуляции приводят к стрессу, страху, тревожности и чувству недоверия. В таких случаях люди могут ограничивать использование социальных сетей, снижаться уровень самоуверенности и уменьшаться социальное доверие [8].

Алгоритмическая структура социальных платформ направляет поведение пользователей. Новостные ленты, реклама и системы рекомендаций фокусируют внимание на определённых темах. Это может создавать кратковременное эмоциональное удовлетворение, но в долгосрочной перспективе приводит к эмоциональному истощению и рассеянности внимания [7]. Механизм, известный как «допаминовый цикл», активирует систему вознаграждения мозга через лайки, репосты и реакции. Это создаёт кратковременное чувство мотивации и удовлетворения, но в долгосрочной перспективе может привести к цифровой зависимости [5].

Программы просвещения и обучения в области цифровой этики усиливают ответственное поведение пользователей. Этическое обучение, проводимое в школах, высших учебных заведениях, а также на рабочих местах, снижает стресс и тревожность, повышает психологическое благополучие [4]. Когда люди знают, что их данные защищены, они чувствуют себя увереннее при онлайн-активности, повышается их самооценка и укрепляется чувство социального доверия [2].

Содействие этичному поведению также усиливает у пользователей эмпатию и чувство социальной ответственности. Просвещение по вопросам дезинформации повышает привычку проверять достоверность информации, что играет роль психологической защиты. Одно из исследований, проведённых в Азербайджане, показывает, что участники программ просвещения по этическому поведению лучше справляются с уровнем онлайн-тревожности [3].

Обращение внимания на цифровую этику важно не только для индивидуального психологического благополучия, но и для повышения уровня социального доверия и ответственности в обществе. Прозрачная, этичная и безопасная цифровая среда помогает сохранять эмоциональную стабильность людей, укрепляет чувство социального доверия и минимизирует стресс, вызванный манипуляциями. С быстрым развитием цифровых технологий люди начали активно использовать социальные сети, мобильные приложения, искусственный интеллект и другие цифровые платформы в повседневной жизни. Этот процесс сопровождается как возможностями, так и рисками. Продвижение этичного и ответственного цифрового поведения приносит различные преимущества как на индивидуальном, так и на социальном уровне. На индивидуальном уровне люди, обучаясь правильному использованию цифровой информации, снижают эмоциональное и психологическое напряжение, возникающее в результате дезинформации, манипуляций и ложной информации. На социальном уровне этичная цифровая среда повышает доверие в обществе, создаёт условия для взаимного уважения и сотрудничества между людьми, а также укрепляет коллективное чувство ответственности. Кроме того, этичное использование цифровых технологий выходит за рамки личного поведения; оно имеет стратегическое значение для организаций, государственных учреждений и технологических платформ. Прозрачность, защита данных и применение этических

стандартов укрепляют бизнес-этику и повышают доверие пользователей к платформам. С помощью программ цифрового просвещения пользователи могут принимать информированные решения и формировать ответственное цифровое поведение как на индивидуальном, так и на коллективном уровне. В итоге соблюдение цифровой этики и продвижение просвещения в этой области обеспечивают не только правильное использование технологий, но и укрепляют психологическое, социальное и культурное благополучие общества. Такой подход является одним из ключевых условий формирования более надёжного, эмпатичного и устойчивого цифрового общества в будущем.

Русский психолог Лев Выготский подчёркивал, что психологическое развитие и поведение человека формируются в социальном окружении. Согласно его теории, мышление, эмоции и реакции человека возникают и развиваются в процессе социального взаимодействия [6]. Если обобщить эту идею, можно прийти к выводу, что цифровая среда, будучи социальной средой, также оказывает прямое влияние на психологическое состояние человека через этичное и неэтичное поведение. Форма онлайн-общения, социальное давление, поддержка или агрессия формируют эмоциональные реакции человека. Таким образом, согласно идеям Выготского, цифровое этичное поведение является не только технологическим вопросом, но и результатом психологии человека и социального воздействия.

В современном мире цифровизация стремительно развивается, и взаимодействие людей с технологиями продолжает расширяться. В этой связи важно расширение научных исследований в области цифровой этики и изучение существующего опыта в азербайджанской литературе. Примеры и исследования, приведённые в статье, показывают, что применение этических норм способствует укреплению психологического благополучия, снижению стресса и тревожности, повышению социального доверия и защите от манипуляций. В будущем организация большего количества программ обучения и просвещения в области цифровой этики станет важным шагом для психологии человека и социального благополучия общества.

АНАЛИЗ И РЕЗУЛЬТАТЫ

Исследование показало, что существует тесная взаимосвязь между цифровой этикой и психологией человека. Деятельность пользователей в социальных сетях и на других онлайн-платформах оказывает прямое влияние на их эмоциональное благополучие. На основе анализа существующей статистики и научной литературы было выявлено:

- Чрезмерное время, проведённое в социальных сетях, и постоянное отслеживание информации вызывают стресс, тревожность и рассеянность внимания.
- Беспокойство пользователей о защите личной информации влияет на их онлайн-поведение, иногда приводя к социальной изоляции и самоцензуре.
- Цифровая манипуляция, особенно контент, ориентированный на эмоциональные реакции, воздействует на принятие решений и модели поведения людей.

- Сравнение азербайджанских и международных исследований показывает, что психологическое воздействие технологий схоже на глобальном уровне, однако культурный и социальный контекст создаёт различия в цифровом поведении.

На основе проведённого анализа можно выделить основные результаты:

1. Применение принципов цифровой этики играет ключевую роль в поддержании эмоционального благополучия пользователей.
2. Социальные сети и онлайн-платформы оказывают сильное влияние на психологическое состояние человека; степень этого влияния зависит от поведения пользователя и способов управления информацией.
3. Вопросы цифровой манипуляции и защиты данных должны оставаться в центре внимания, требуя как технологических, так и образовательных мер.
4. В разных странах и культурах цифровое поведение и психологические реакции проявляют схожие тенденции, однако локальные различия следует учитывать.
5. Цифровая этика важна не только для разработчиков технологий, но и для пользователей, поскольку обеспечивает их психологическое благополучие и формирование здоровой цифровой среды.

ВЫВОДЫ

1.Цифровая этика играет ключевую роль в поддержании эмоционального благополучия пользователей.

2.Социальные сети и онлайн-платформы оказывают прямое влияние на психологическое состояние людей.

3.Вопросы цифровой манипуляции и защиты личной информации должны оставаться в центре внимания.

4.В разных странах и культурах цифровое поведение схоже, но локальные различия следует учитывать.

5.Соблюдение цифровой этики важно как для разработчиков технологий, так и для пользователей для обеспечения здоровой цифровой среды.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В заключение следует отметить, что цифровая этика и психологические реакции тесно взаимосвязаны, и в современную эпоху эта связь ещё больше усиливается благодаря развитию социальных сетей и технологий искусственного интеллекта. В контексте Азербайджана молодёжь и другие пользователи должны соблюдать нормы цифровой этики, ответственно использовать социальные медиа и придерживаться правил безопасности. Расширение образовательных программ по цифровой этике, а также инициативы по психологической поддержке и информированию помогают формировать более безопасное и сбалансированное поведение в онлайн-среде. В то же время этичное и ответственное использование искусственного интеллекта вносит важный вклад в

обеспечение информационной безопасности и защиту психологического благополучия. Таким образом, соблюдение цифровой этики имеет жизненно важное значение не только на индивидуальном уровне, но и для общественного доверия, долгосрочной стабильности и устойчивого развития общества в целом.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Əliyev, R. *Onlayn təhlükəsizlik və psixoloji sağlamlıq*. Bakı: Azərbaycan Universiteti nəşriyyatı, 2021.
2. Hüseynova, N. *Rəqəmsal etika və sosial media istifadəçilərinin davranışı*. Bakı: Elm nəşriyyatı, 2020.
3. Məmmədov, T. *Onlayn manipulyasiya və istifadəçilərin psixoloji reaksiyaları*. Bakı: Elm və Təhsil Nəşriyyatı, 2020.
4. Quliyeva, F. *Rəqəmsal etikaya dair maarifləndirmə proqramlarının təsiri*. Bakı: Təhsil və İnnovasiya Nəşriyyatı, 2021.
5. Rzayeva, S. *Sosial media və gənclərin psixoloji vəziyyəti*. Bakı: Maarif Nəşriyyatı, 2022.
6. Vygotsky, L. S. (1934). *Myshlenie i rech*. Moscow: Gosudarstvennoe izdatelstvo.
7. Andreassen, C. S., & Pallesen, S. (2014). Social Network Site Addiction – An Overview. *Current Pharmaceutical Design*, 20(25), 4053–4061.
8. Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2015). Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12(3), 235–250.
9. Turkle, S. (2017). *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. Basic Books, 400 s.