

2. Анализ современных средств моделирования бизнес-процессов [Электронный ресурс] // Реинжиниринг. Режим доступа: <http://www.reengine.ru>.

3. Вендров А.М. CASE-технологии. Современные методы и средства проектирования информационных систем М.: Финансы и статистика, 1998. – 176 с.

**Токарева Т.С., УРГПУ
гр. Д-103**

ВЛИЯНИЕ КОМПЬЮТЕРА НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

Компьютеры, ноутбуки, Internet...Они занимают всё большее место в нашей жизни. Для кого-то компьютер становится лучшим другом, для кого-то коллегой по работе, а для кого и заклятым врагом! Но мало кто задумывается над влиянием компьютера на здоровье человека. А на самом деле длительная работа за компьютером негативно сказывается на многих функциях нашего организма: высшей нервной деятельности, эндокринной, иммунной и репродуктивной системах, на зрении и костно-мышечном аппарате человека... Это может означать многое: от испорченного зрения до варикозного расширения вен на ногах. Честно говоря, все это можно «заработать» и без компьютера, просто ведя несбалансированный образ жизни. Компьютер является лишь еще одним звеном в той же цепи: недостаточный отдых, малоподвижный образ жизни, неорганичное питание и т.д.

Все вышеперечисленные недуги, безусловно, отражаются на психическом состоянии. А на психику, прежде всего, влияют игры и Интернет. Это то что «затягивает», то, от чего невозможно оторваться, то, без чего многие больше не представляют своей жизни – это маниакальная зависимость от Интернета или от игр. Здесь речь идет о людях, которые проводят свое время в чатах, форумах, за играми, а не занимаются работой в Интернете (сбором информации и т.п.). Таким людям зачастую необходима социальная поддержка, у них больше трудности в общении, они испытывают неудовлетворенность, низкую самооценку, закомплексованность, застенчивость и т.п. Все эти проблемы «решает» Интернет! Интернет как будто говорит им: «Идите в чат, представляйтесь кем угодно, удовлетворяйте любые свои желания и ничего не бойтесь!». И люди спешат уйти в безопасную для них среду, ни к чему не обязывающую жизнь. Таким образом, они, во-первых, усугубляют те свои черты характера,

от которых хотели бы избавиться, а также приобретают новые: уход от реальности посредством изменения своего психического состояния, виртуально изменяя свой пол, возраст... Безусловно, постепенно такой образ жизни, образ мысли, пропитывает все уровни их жизни. Человек начинает действовать и думать по-другому. Он по-другому решает бытовые вопросы, семейные, личные, профессиональные, партнерские и т.д.

Вот какие психологические симптомы может начать испытывать человек, если он относится к группе риска интернет-зависимых людей:

- хорошее самочувствие или эйфория за компьютером;
- невозможность остановиться;
- увеличение количества времени, проводимого за компьютером;
- пренебрежение семьей и друзьями;
- ощущения пустоты, депрессии, раздражения не за компьютером;
- ложь работодателям или членам семьи о своей деятельности;
- проблемы с работой или учебой.

Опасными сигналами являются также:

- навязчивое стремление постоянно проверять электронную почту;
- предвкушение следующего сеанса он-лайн;
- увеличение времени, проводимого он-лайн;
- увеличение количества денег, расходуемых он-лайн.

Собственно все эти симптомы вы встретите у людей с любой другой зависимостью, будь то алкоголь, наркотики или работа. Со временем, если не предпринять никаких мер, состояние зависимых усугубляется, превращаясь в манию. Испытывая эйфорию за компьютером, они одновременно культивируют в себе неуравновешенность, рассеянность, неряшливость, самоизоляцию, потерю всяких привычных ценностей, потерю внутренних ориентиров, наплевательское отношение к близким.

Если взрослые люди более или менее осознанно делают свой выбор, то дети зачастую становятся заложниками образа жизни своих родителей. К сожалению, помимо подстерегающей их компьютеромании существует ряд других побочных эффектов от долгого общения с компьютером. Дети быстро приспосабливаются к окружающему миру, и к миру компьютеров тоже. Многие изменения можно не заметить сразу, «невооруженным глазом» (их сможет определить только опытный педагог или психолог). Например, это может отражаться на их эмоциональном плане, может наблюдаться повышенная агрессивность, вспышки насилия. Другое наблюдение – дети перестают фантазировать, становятся неспособными создавать собственные

визуальные образы, с трудом обобщают и анализируют информацию. Компьютер может стать причиной долговременных нарушений в области психического и интеллектуального развития детей. У так называемого компьютерного поколения хуже работают некоторые виды памяти, наблюдается эмоциональная незрелость, безответственность.

Интересную информацию сообщает агентство Reuters. Немецкими учеными доказано, что мозг геймера воспринимает происходящее в виртуальном мире как реальность. К такому выводу пришел Клаус Матиак из Ахенского университета в ходе работы с группой из 13 человек. Возраст испытуемых составлял от 18 до 26 лет, и все они проводили за видеоиграми не менее двух часов ежедневно.

В процессе тестирования геймерам предлагались видеоигры со сценами насилия, драками и спасением заложников. За активностью головного мозга добровольцев в это время следили специальные приборы, которые и зафиксировали, что в момент игры активировались лишь когнитивные функции головного мозга, тогда как эмоции у игроков полностью отсутствовали.

Когнитивные (познавательные) функции отражают состояние головного мозга, и к ним относят память, внимание, речь, целенаправленную двигательную активность и целостное восприятие.

В результате проведенных опытов ученые пришли к выводу, что сцены насилия в видеоиграх служат своеобразным тренажером, обучающим подобным образом реагировать в реальных жизненных ситуациях, не проявляя при этом эмоций. Однако доказать тот факт, что видеоигры провоцируют людей на агрессию, пока не удалось. Как и то, что уже присутствующая агрессия у волонтеров была вызвана продолжительным влиянием видеоигр.

Наряду с негативным влиянием компьютера на здоровье человека существует и позитивное. В доказательство приведу информацию, опубликованную в журнале *CyberPsychology and Behavior*: «Эксперименты показали, что люди, страдающие арахнофобией (патологическим страхом перед пауками), акрофобией (боязнью высоты) и клаустрофобией (боязнью оказаться в замкнутом пространстве) могут значительно улучшить свое самочувствие после игры в компьютерные игры.

В ходе эксперимента больные арахнофобией играли в игру *Half-Life*, где им противостояли многочисленные пауки, а больные акрофобией и клаустрофобией – в игру *Unreal Tournament*, где персонажу приходилось вести сражения в высотных зданиях и тесных лабиринтах разрушенного

войной мегаполиса. После сеанса игры состояние больных значительно улучшилось»

Таким образом, компьютер может стать другом или заклятым врагом, может помочь в беде, а может добавить кучу проблем, может помочь найти единомышленников, а может привести к одиночеству. Выбирайте сами!

Уланова Т.С., РГППУ
гр. ИТ-612 ИЭ

Руководитель: ст. преподаватель кафедры СИС
С.В. Ченушкина

ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ИНФОРМАЦИОННЫХ СИСТЕМ В ОАО «РОССИЙСКИЕ ЖЕЛЕЗНЫЕ ДОРОГИ»

Железнодорожный комплекс исторически имеет особое стратегическое значение для России. Он является связующим звеном единой экономической системы и самым доступным транспортом для миллионов граждан. Без четкой работы железнодорожного транспорта невозможна стабильная деятельность промышленных предприятий, своевременный подвоз жизненно важных грузов в самые отдаленные уголки страны. Безопасность и бесперебойность движения поездов и маневровой работы зависит от знаний каждого работника.

Нужды содержания эксплуатационной инфраструктуры головной компании отрасли – ОАО «РЖД» – обеспечивает сложная система. Главную ее цель можно сформулировать так: при оптимальных затратах обеспечивать работоспособное и безопасное для движения поездов состояние эксплуатационной инфраструктуры.

Применение информационных технологий и инноваций для оптимизации управления ее содержанием – объективный этап создания комплексного автоматизированного производства на основе информационно-управляющей системы, интегрированной с производственной базой по диагностике, эксплуатации и ремонту. При этом сокращение затрат достигается за счет более совершенного планирования работ по содержанию и ремонту объектов инфраструктуры, рационального расходования материально-трудовых ресурсов, а также благодаря снижению потерь от брака в работе и сокращению числа задержек поездов.

В результате созданы и внедрены на сети железных дорог автоматизированные системы отраслевого значения: автоматическая система управления (далее АСУ) путевым хозяйством (АСУ-П) и хозяйством электрификации и электроснабжения (АСУ-Э), комплексная система учета,