

# ПРОБЛЕМА ИНФОРМАЦИОННОЙ ГИГИЕНЫ И АКТУАЛЬНОСТЬ ПОЗДНЕАНТИЧНОЙ ЭТИКИ

Тип статьи: научная

Получено 12.06.2021    Одобрено 12.07.2021    Опубликовано 20.09.2021

Для цитирования: Пылькин А.А., Серкова В.А., Пылькина М.С. Проблема информационной гигиены и актуальность позднеантичной этики // Уровень жизни населения регионов России. 2021. Том 17. №3. С. 399–406. DOI: 10.19181/lsprr.2021.17.3.10

А.А. ПЫЛЬКИН<sup>1</sup>, В.А. СЕРКОВА<sup>1</sup>, М.С. ПЫЛЬКИНА<sup>2</sup>

<sup>1</sup> СПбПУ Петра Великого (194064, Россия, Санкт-Петербург, Политехническая улица, 29).

<sup>2</sup> СПбГУКИ (191186, Россия, Санкт-Петербург, Дворцовая набережная, 2).

## Аннотация

Сегодня происходит конституирование совершенно нового типа реальности – «цифровой реальности», что влечёт за собой новые вызовы для индивида и общества. Глубокая вовлечённость в цифровую реальность и активное использование её технических медиаторов формирует нагрузку на психофизику индивида, которая, особенно в стадии активного роста, не только деформирует поведенческие схемы, но может оказывать влияние на формирование структур мозга. Воспитательные практики, посредством которых общество помогало индивиду формировать свою идентичность, в цифровом измерении теряют свою прежнюю определённую. В качестве ответа на данные вызовы на рубеже XX–XXI вв. в рамках медицинских наук было сформировано понятие информационной гигиены, описывающее способы минимизации деструктивных воздействий информационной среды. Однако, разработанное для узкой области данное понятие не учитывает того, что психофизические трансформации под воздействием деструктивных влияний современных медиа грозят разрушением базовых констант человеческого вообще. Позитивистская медицина в силу специфики своего предмета не видит эсхатологического горизонта проблемы, на котором уже явственно очерчиваются контуры нашего «постчеловеческого будущего». В этом пункте философия может и должна напомнить, что на заре европейской цивилизации медицина нераздельно с философией представляла собой этическую программу, единый комплекс практик – аскетических, гигиенических и мыслительных – направленных не только на минимизацию деструктивных воздействий, но и – на обнаружение и культивацию индивидом собственной человечности. Таким образом, в данной статье понятие информационной гигиены тематизируется с учетом его историко-философских импликаций. С одной стороны, оно призвано отразить современную специфику вызовов, с другой – учесть опыт профилактики деструктивных воздействий, практиковавшийся позднеантичными философами в статусе «врачевателей души». Для эмпирической верификации данного понятия авторы проделали следующий эксперимент. Группе студентов первокурсников было предложено провести сутки без интернета и описать свои ощущения и мысли. Анализ спонтанных способов преодоления глубокой вовлеченности в цифровую реальность позволил выделить наиболее адекватные формы минимизации её деструктивных влияний: уклонение к активному досугу в действительном мире. Эти формы оказались созвучны позднеантичным практикам заботы о себе в редакции эпикурейской школы. Такое, более широкое, этическое рассмотрение информационной гигиены открывает пути для тематизации комплексного подхода к проблеме выживания человека перед лицом цифровой реальности.

**Ключевые слова:** информационная гигиена, этика, цифровая реальность, цифровая среда, деструктивные воздействия, забота о себе

## Введение

**Объект.** Способы минимизации деструктивных воздействий цифровой среды на человека.

**Предмет.** Позднеантичные практики «заботы о себе» как актуальный элемент информационной гигиены.

**Цель.** Эмпирически установить актуальность позднеантичных этических практик для современного цифровизированного человека.

**Гипотеза** состоит в том, что практики «заботы о себе», сформировавшиеся в рамках позднеантичных школ, применимы в современных условиях для минимизации деструктивных воздействий цифровой среды.

Качественные изменения, которые в XXI веке претерпевает общество в связи с тотальной информатизацией, столь стремительны, что последнее оказывается не готовым к адекватной реакции на них. Появляется новый тип реальности – цифровая реальность. И индивид, основные сферы социального бытия которого неотвратимо оцифровываются, и общество в целом сталкиваются с комплексом новых проблем. Эскапизм, проблема идентичности, социальная дезадаптация,

фрагментация общества, проблема верификации информации – вот лишь некоторые из них. Поскольку согласно некоторым рейтингам 2020 г. РФ входит в первые 40 стран по уровню цифровизации<sup>1</sup>, со всей очевидностью можно констатировать, что перечисленные проблемы актуальны и на отечественной почве.

Насущная задача осмысления этих проблем осложняется тем, что развитие информационных технологий по умолчанию оценивается общественным сознанием как положительный социальный фактор. Идеология прогресса принимает «побочные эффекты» технологического развития как должное и, игнорируя проблему расчеловечивания, провозглашает наступление в не столь отдалённой перспективе некоего «постчеловеческого будущего». Современными теоретиками трансгуманизма постулируется, что базовые антропологические [3] и социальные [9] константы могут быть принесены в жертву технологической возможности их изменить.

<sup>1</sup> Определено место России по уровню цифровизации. URL: <https://lenta.ru/news/2021/03/01/cifrus/> (дата обращения: 03.07.2021).

В то же время в рамках философского техноксептицизма, уже с середины XX века проблематизируется опасность неконтролируемого развития технологий и тематизируется связь системных социальных проблем с изменениями в технологической сфере [14]. Однако эти проекты оставляют без внимания практическую (этическую) составляющую взаимодействия человека с высокоскоростной информационной средой. Между тем, историко-философская экспликация данной проблемы может стимулировать поиск её практического решения в уже состоявшихся этических системах. В частности, позднеантичные философские школы – от киников до эпикурейцев и стоиков – могли бы предложить рецепты для профилактики деструктивных воздействий стремительно изменяющегося, цифровизированного мира. При новизне современных этических вызовов несомненна аналогия между глобализирующимся миром поздней античности с его распадом традиционного «полисного человека» и сегодняшним цифровым «миром без границ», в котором рассеивается «новоевропейский субъект» со всеми своими идентичностями.

#### Понятие информационной гигиены

В данной ситуации перед философией стоит задача не только внести свой вклад в междисциплинарную аналитику проблем гиперинформатизированной социокультурной среды [13], но и актуализировать свою терапевтическую функцию, которая исторически реализовывалась как комплекс практик – мыслительных и телесных – направленных на минимизацию негативных воздействий социума на индивида [16: 97-145]. В условиях, когда наиболее востребованными психофизическими навыками являются скорость реакции и обработки информации, гибкость восприятия и многозадачность, возникает необходимость осваивать практики удержания собственного личностного ядра, чтобы не распасться на сумму аффектов, не связанных единством устойчивых личностных качеств и долгосрочных целевых установок. Итак, наряду с гигиеной тела необходима информационная гигиена – контроль за восприятием и осознанный подход к управлению собственной перцептивной сферой.

Появившееся в конце XX века в рамках профилактической медицины и экологии человека, понятие информационной гигиены [5: 177-185], с одной стороны, плодотворно используется в медицинской науке [10]. Вместе с тем, оно активно циркулирует в качестве общего места в сетевом публи-

цистическом<sup>2</sup> и парапсихологическом<sup>3</sup> дискурсе. Такого рода «низовой» запрос на то, к чему отсылает данное понятие, позволяет, на наш взгляд, сделать вывод о его этической актуальности. Следует вспомнить, что на заре существования европейской культуры медицина и философия, не только в её натурфилософском, но и – прежде всего – этическом измерении, были практически неразделимы [7: 13-48]. Таким образом, в данной работе понятие «информационная гигиена» тематизируется с учетом его историко-философских импликаций. С одной стороны, оно призвано отразить современную специфику вызовов, а с другой – учесть опыт профилактики деструктивных воздействий, практиковавшийся античными философами в статусе «врачевателей души» [7: 63-65]. С учётом той роли, которую придавали гигиене и аскезе в древности, понятие «информационной гигиены» раскрывает базовый характер названных практик – как таких установок, которые отсылают к самим принципам социального бытия и пайдетическим матрицам трансляции человечности [6: 11-29] в мире информационных технологий.

Распространение идеологии трансгуманизма ставит под вопрос существование «новоевропейского субъекта», как того типа субъектности, который стоял за провозглашением всех базовых ценностей, лежащих в основе современной европейской культуры. Ответ на эти вызовы предполагает выработку адекватных практик взаимодействия с «цифровой реальностью» и открывает горизонт для концептуализации представлений о нередуцируемом этосе человека.

#### Методы

Для обоснования потребности в информационной гигиене, мы обращаемся к уже проведённым социологическим исследованиям деструктивных воздействий информационных технологий на детей и молодёжь. Для выявления наиболее адекватных способов взаимодействия с цифровой реальностью мы использовали методы опроса и статистического анализа. Первокурсникам политехнического университета было предложено провести 24 часа без выхода в интернет и кратко описать свои ощущения. В проведённом опросе приняли участие 70 человек в возрасте от 17 до 20 лет, из которых 43 мужчины и 27 женщин. Четверо прервали эксперимент, из которых трое мужчин и одна женщина.

<sup>2</sup> Вечное сияние чистого разума: как соблюдать информационную гигиену // Журнал Нож // Инна Прибора 11 августа 2020. URL: <https://knife.media/info-hygiene/> (дата обращения: 11.06.2021).

<sup>3</sup> Информационная гигиена: 8 способов избавиться от инфошума. URL: <https://4brain.ru/blog/information-hygiene/> (дата обращения: 11.06.2021).

Для предварительной тематизации адекватных гигиенических процедур нами применяются методы социально-философского и историко-философского анализа, позволяющие выделить позднеантичные формы минимизации деструктивных воздействий социума и применить их в современных условиях цифровой социальности.

**Обоснование потребности в информационной гигиене и предварительная тематизация адекватных гигиенических процедур**

Исторически можно проследить, как масштабные изменения социокультурной реальности провоцировали появление новых типов личности, усиливая проявление тех или иных личностных качеств, делая их характерными для эпохи и культуры. Таковы агональное начало классической Греции, авантюрный и жестокий дух эпохи Возрождения или отчужденные деструктивные личности зрелого капиталистического общества (Фромм), для которых все процессы взаимодействия с миром и другими людьми строятся по модели товарно-денежных отношений. Современное общество, непрерывно атакующее индивида беспрецедентно агрессивными информационными потоками с целью воздействовать на его убеждения, политические предпочтения и, главное, стратегии потребления в условиях победившего морального релятивизма формирует личность, представляющую собой подвижную структуру, гибко реагирующую на внешние раздражители, но испытывающую сложности с автономией в области мотивации и контроля за эмоциональной сферой. По своим характеристикам такая личность приближается к психопатологическому типу, описанному О. Кернбергом как «диффузная идентичность» [8].

Отчасти такая форма субъектности отвечает интересам глобального рынка, который, практически исчерпав возможности территориальной экспансии, заинтересован в максимальной интенсификации спонтанного потребления [2]. В то же время, общество, состоящее из таких «мерцающих» субъектов крайне подвержено идеологическим манипуляциям, также использующим спонтанную реакцию индивида как источник энергии жалости, страха или гнева – легко канализируемой и направляемой.

Традиционное общество достигает массовой концентрации стабильных форм субъектности, воспитывая индивидов согласно относительно небольшому набору образцов. Современные постиндустриальные общества отходят от классической модели воспитания, очерчивая нормативные границы и предполагая, что внутри этих границ

может царить максимальное разнообразие. При этом у них нет эффективных механизмов коррекции, когда оказывается, что многие из типов такого многообразия социально низкоэффективны или деструктивны.

Причины такой деструктивности многообразны, но одной из существенных является проблема воздействия медиаторов доступа к цифровой реальности на психофизические параметры человека, особенно в период роста. Так существует выраженная зависимость между проблемами концентрации и самоконтроля у младших школьников и временем, проведенным ими за смартфоном. Привычка к восприятию длинных серий сменяющихся образов и не связанных между собой коротких примитивных текстов приводит к трудностям при необходимости удерживать произвольное внимание на одной задаче [17]. В разных странах исследователи одинаково фиксируют массовую проблему стойких нарушений сна у подростков, избыточно использующих смартфоны, ведущих к нарушениям нервной системы [18]. Повышенная тревожность также позитивно коррелирует с избыточным использованием школьниками смартфонов [19].

Говоря о цифровой реальности, мы должны говорить и о цифровой социальности, как одном из её параметров. Слабо регулируемая законодательно и в массе своей составленная из анонимных и полуанонимных пользователей, она представляет собой довольно агрессивную и нездоровую среду. Платон в Государстве предлагал запретить даже публичные выступления гомеровидов, ввиду того, что истории о недостойном поведении богов могут дурно повлиять на нравы юношей [11: 389-406]. Некоторые современные исследования нейронных процессов у подростков показывают, что такие опасения не лишены оснований. В частности, у подростков, которые рассматривали фотографии, стилизованные под ленту популярной социальной сети инстаграм, был активен отдел мозга, отвечающий за социальное познание и повторение [20]. Причём активность этого отдела прямо коррелировала с количеством лайков, которые испытуемые видели под фотографиями, безразлично, были это нейтральные изображения или изображения так называемого рискованного поведения.

В связи с нарастающим объёмом исследований, показывающих, что взаимодействие с цифровой реальностью в раннем возрасте ведёт к выраженным изменениям психофизических параметров индивида, вероятно разумной государственной стратегией было бы ограничение доступа к определённым сегментам цифровой реальности для младших возрастных групп, так же как они ограждаются от табака, алкоголя и лёгких наркотиков.

У студентов подобные реакции гораздо менее выражены и для этой возрастной группы информационная гигиена представляется актуальной практикой.

Чтобы проанализировать потребность в этой практике и оценить уровень самосознания и рефлексии над процессом собственного взаимодействия с цифровой реальностью у студентов, нами был проведён следующий эксперимент.

Студентам первого курса политехнического университета было предложено задание: во внеучебное время провести одни сутки без интернета (включая сюда любые формы сетевой активности и пользование поисковыми системами, мессенджерами и приложениями) и описать свои мысли и ощущения в свободной форме короткого эссе. Представлял интерес вопрос, насколько разнообразными окажутся эти отклики и будут ли в них какие-либо переключаются мотивы.

Из 112 человек, которым было предложено добровольное участие в эксперименте, при достаточной мотивации (участие давало плюс при получении зачёта по философии) 42 отказались, а 4 прервали эксперимент. Кроме того, около половины респондентов написали, что не захотят повторно отказаться от сетей. Всё это может указывать на тотальную вовлечённость современного молодого человека в сетевую реальность и о серьёзности поставленной проблемы.

Около трети участников отметили, что провести даже одни сутки в отрыве от интернета было непросто, так что они прочувствовали и осознали свою зависимость от цифровой реальности. Около четверти отметили, что чувствовали тревогу в условиях невозможности проверить новости в социальных сетях и просмотреть личные сообщения. Эта тревога усугублялась осознанием оторванности от мира и общественной жизни. Также более трети респондентов зафиксировали состояние скуки, ощущение «пустого» времени, которое необходимо чем-то занять.

Большой интерес представляют те способы, которыми участники преодолевали желание пре-

кратить опыт и выйти в интернет. Некоторые заранее отключили интернет на смартфонах и удалили соответствующие приложения. Кто-то прибегнул к волевому усилию, направленному на воздержание от выхода в сеть, а также к волевому усилию, направленному на выполнение внеплановой работы, замещающей сетевой досуг (выполнение домашнего задания, хозяйственно-бытовая деятельность). Значительное количество участников переключилось на традиционные медиа – стали смотреть телевизор и звонить друзьям. Но наиболее массовым и самым эффективным с точки зрения минимизации негативных ощущений способом отвлечься от интернета оказался переход к досуговым формам внесетевой активности (спорт, общение с друзьями, общение с родными, взаимодействие с животными, чтение, прогулка, творчество и др.).

Нередко спонтанное уклонение к досуговым формам деятельности комбинировалось с переходом к традиционным медиа и с волевым выполнением не необходимой работы. Правда, в последнем случае волевое усилие у большинства респондентов быстро приводило к усталости и возвращало его к состоянию скуки. Так или иначе, респонденты фиксировали минимальное количество затруднений в отказе от сетевой реальности именно в связи с интенсификацией внесетевого активного досуга. Причём многие отмечали, что переход к таким «отложенным» формам как чтение или прогулка стал возможен именно благодаря участию в эксперименте.

В таблице 1 приводится количество участников, соответственно – испытывавших тревогу, скуку «пустого» времени и осознавших интернет-зависимость. Причём тревога могла сменяться скукой (как и наоборот) и, в конечном счете, привести или не привести к осознанию зависимости.

В таблице 2 представлено количество студентов, прибегавших к четырём основным способам иметь дело с отсутствием интернета. В таблицу не включены достаточно экзотические способы, такие как, например, сон (трое респондентов). Как уже было сказано, эти способы могли комбинироваться.

Таблица 1

**Зафиксированные состояния**

Table 1

**Fixed States**

Основные состояния, зафиксированные респондентами в процессе суточного отказа от сетевой активности	Количество респондентов, испытывавших состояние
Ощущение оторванности от мира, тревога	15
Ощущение пустого времени, скука	27
Осознание сетевой зависимости	23

## Способы минимизации состояний

## Ways to Minimize States

Основные способы иметь дело с негативными состояниями, вызванными отказом от сетевой активности	Количество респондентов, обратившихся к способу
Переход к традиционным медиа	24
Переход к досуговым формам внесетевой активности	60
Физическое ограничение (намеренно затруднённый доступ)	12
Волевое усилие, направленное на воздержание или на выполнение внеплановой работы	25

Итоги данного эксперимента позволяют сделать предварительные выводы об актуальности античных практик «заботы о себе» в отношении деструктивных воздействий сетевой реальности, а также наметить пути концептуализации адекватных техник информационной гигиены.

В своей работе «Герменевтика субъекта» М. Фуко показывает, что по ту сторону распадающейся новоевропейской субъективности лежит более глубокая матрица «заботы о себе», сумма техник, направленных на учреждение и культивацию человеческого в человеке. Эта матрица является транскультурной [16: 273-298], однако именно в эпоху поздней античности она оформляется как система гигиенических, диетических и, в первую очередь, мыслительных практик спасения (*soteria*) [16: 204-209], т. е. сохранения своей идентичности перед лицом деструктивных воздействий стремительно глобализирующегося мира. Причём среди таких воздействий уже тогда были и тревога, охватывающая индивида перед необъятностью космополиса или *Rex Romana*, и скука, порождаемая неопределённостью и утратой традиционных форм политической жизни [14].

Исследователи выделяют две основные установки, реализующие «заботу о себе» в эту эпоху [1: 64]. Первая, представленная стоической школой, ориентирована на мыслительную концентрацию, подкрепляемую аскетическими телесными практиками воздержания, позволяющими вытерпеть осознанные ограничения при взаимодействии с разрушительным «большим социумом» [1: 26-29]. Эта установка структурирует мыслительные практики школы от верхней до римской стои как троичную дисциплинарную форму: дисциплина желания, соответствующая стоической «физике», дисциплина согласия – «логике» и дисциплина устремления – «этике» [1: 129-167].

Вторая, практиковавшаяся эпикурейцами, направлена на осознанное уклонение от деструктивно воздействующих общественных структур и переход к экономике малых телесных и духовных удовольствий [1: 30-33]. Эта установка нашла своё языковое воплощение в известной максиме Эпикура: «Живи незаметно». Практика такого уклонения соответствует троичной структуре философии сада: оно имеет свои онтологические основания в конститутивном для эпикурейской физики принципе «минимального спонтанного уклонения атома», гносеологические – в «образном броске мысли» и находит своё воплощение в универсальном этическом принципе «уклонения к естественным необходимым желаниям» [4: 397-442].

Как мы видим, большая часть участников эксперимента отдала предпочтение намеренному уклонению в различных видах внесетевой активности. Причём способы уклонения варьировались от мыслительных (переключение на интеллектуальную деятельность) до физических (игра в футбол, прогулка) и сугубо этических (по Эпикуру это – общение с друзьями). Координируя формы внесетевой деятельности, которыми индивид замещает бесцельное «просиживание в паутине», можно конструировать поведенческую модель самосовершенствования. При более глубокой разработке таких заместительных навыков поведения открывается доступ к техникам повседневной интенсификации жизни и, в конечном счёте, к постановке основной проблемы практической философии – проблемы счастья, *eudaimonia* [12].

**Заключение**

Итак, можно сделать вывод, что современному молодому человеку уже с детства погружённому в сетевую реальность, естественно созвучной для информационных гигиенических процедур

оказывается эпикурейская установка на намеренное уклонение к активному досугу в действительном мире. В современности данная установка частично реализована в эскапизме и дауншифтинге. Однако, как правило, лишь по негативному сценарию, не предполагающему осознанного перехода к активной внесетевой деятельности. Обраще-

ние к античным практикам позволит обосновать эти стихийные проявления информационной гигиены и включить их в более широкий контекст упражнений систематической «заботы о себе», разработанной в античности, тем самым предупреждая маргинализирующий характер данных проявлений.

### Список литературы

1. Адо П. Духовные упражнения и античная философия. СПб: Степной ветер, 2005. – 448 с. ISBN 5-98861-004-8.
2. Бодрийяр Ж. Общество потребления / Пер. с франц. Е.А. Самарская. М.: АСТ, 2020. 383 с.
3. Бостром Н. Искусственный интеллект. Этапы, угрозы, стратегии / Пер. с англ. С. Филин. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2016. 496 с.
4. Диоген Лаэртский о жизни, учениях и изречениях знаменитых философов / Ред. А.Ф. Лосев. М.: Мысль, 1979. 620 с.
5. Ерёмин А.Л. Ноогенез и теория интеллекта. Краснодар: Советская Кубань, 2005. 356 с.
6. Йегер В. Пайдейя. Воспитание античного грека. В двух томах. Том 1. М.: Греко-латинский кабинет Шичалина, 2001. – 608 с.
7. Йегер В. Пайдейя. В двух томах. Том 2. М.: Греко-латинский кабинет Шичалина, 1997. 336 с.
8. Кернберг О. Тяжёлые личностные расстройства. Стратегии психотерапии. М.: Независимая фирма «Классс», 2017. 464 с.
9. Латур Б. Пересборка социального. Введение в акторно-сетевую теорию / Пер. с англ. И. Полонская. М.: Издательский дом ВШЭ, 2020. 384 с.
10. Молодцова И.А., Максимова Е.А., Сливина Л.П. Информационная гигиена: общетеоретическая оценка проблемы // НБИ технологии. 2018. Том 12. №2. С. 25–29.
11. Платон. Собрание сочинений. В 4 т. Том 3. М.: Мысль, 1994. – 654 с.
12. Пылькин А.А., Пылькин В.А., Серкова В.А. Сотериологическая актуальность позднеантичной этической модели // Личность. Культура. Общество. 2021. Том 23. №1–2. С. 144–148.
13. Пылькин А.А., Соколова Н.А. Проблема идентичности информатизированного человека с точки зрения интертекстуализма // Уровень жизни населения регионов России. 2019. Том 15. №4. С. 117–123. DOI: 10.24411/1999-9836-2019-10087.
14. Сенека. Нравственные письма к Луциллию. М.: АСТ, 2020. 640 с.
15. Слотердайт П., Хайнрихс Г.Ю. Солнце и смерть: диалогические исследования. СПб.: Иван Лимбах, 2015. 608 с.
16. Фуко М. Герменевтика субъекта. Курс лекций, прочитанных в Колледже де Франс в 1981–1982 уч. году / Пер. с фр. А.Г. Погоняйло. СПб.: Наука, 2007. 677 с.
17. Hosokawa R., Katsura T. Association between mobile technology use and child adjustment in early elementary school age [published correction appears in PLoS One. 2018 Dec 14;13(12):e0208844] // PLoS One. 2018. Vol. 13. No. 7. P. e0199959. DOI:10.1371/journal.pone.0199959.
18. Carter B., Rees P., Hale L., Bhattacharjee D., Paradkar MS Association Between Portable Screen-Based Media Device Access or Use and Sleep Outcomes: A Systematic Review and Meta-analysis // JAMA Pediatr. 2016. Vol. 170. №12. P. 1202–1208. DOI: 10.1001/jamapediatrics.2016.2341.
19. Kim R., Lee KJ, Choi YJ Mobile Phone Overuse Among Elementary School Students in Korea: Factors Associated With Mobile Phone Use as a Behavior Addiction // Journal of Addictions Nursing. 2015. Vol. 26. №2. P.81–85. DOI: 10.1097/JAN.0000000000000074.
20. Sherman LE The Power of the Like in Adolescence: Effects of Peer Influence on Neural and Behavioral Responses to Social Media / A.A.Payton, L.M. Hernandez, P.M. Greenfield, M. Dapretto // Psychol. Sci. 2016. Vol. 27. №7. P. 1027–1035. DOI: 10.1177/0956797616645673.

### Заявленный вклад авторов:

**Пылькин А.А.** – постановка проблемы, критический анализ литературы, сбор, обработка и анализ данных, табличное представление данных, анализ результатов исследования, формулирование выводов исследования

**Серкова В.А.** – постановка проблемы, разработка концепции статьи, анализ результатов исследования, формулирование выводов исследования.

**Пылькина М.С.** – постановка проблемы, разработка концепции статьи, перевод и анализ англоязычных источников.

### Сведения об авторах:

**Александр Александрович Пылькин** – кандидат философских наук, доцент кафедры общественных наук гуманитарного института СПбГУ Петра Великого (194064, Санкт-Петербург, Политехническая улица, 29).

**E-mail** arylkin@yandex.ru **elibrary Author id** 562152

**ORCID ID** <https://orcid.org/0000-0003-4856-3921> **ResearcherID** R-2347-2019

**Вера Анатольевна Серкова** – доктор философских наук, профессор кафедры общественных наук гуманитарного института СПбГУ Петра Великого (194064, Санкт-Петербург, Политехническая улица, 29).

**E-mail** henrypooshel@rambler.ru **elibrary Author id** 434212

**ORCID ID** <https://orcid.org/0000-0003-4543-0496> **ResearcherID** F-4990-2019

**Мария Сергеевна Пылькина** – кандидат философских наук, ассистент кафедры культурологии СПбГУКИ (191186, Санкт-Петербург, Дворцовая набережная, дом 2).

**E-mail** AB3115@yandex.ru **elibrary Author id** 585562

**ORCID ID** <https://orcid.org/0000-0002-5312-1768>

DOI: 10.19181/Ispr.2021.17.3.10

## THE PROBLEM OF INFORMATION HYGIENE AND THE RELEVANCE OF LATE-ANTIQUITY ETHICS

RAR (Research Article)

Received: 12.06.2021 Accepted: 12.07.2021 Published: 20.09.2021

For citation: Pylkin A.A., Serkova V.A., Pylkina M.S. The problem of information hygiene and the relevance of late-antique ethics. *Living Standards of the Population in the Regions of Russia*. 2021. Vol. 17. No.3. P. 399–406. DOI: 10.19181/Ispr.2021.17.3.10

ALEXANDER A. PYLKIN<sup>1</sup>, VERA A. SERKOVA<sup>1</sup>, MARIA S. PYLKINA<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Peter the Great St. Petersburg Polytechnic University (29 Politechnicheskaya Street, Saint Petersburg, 194064).

<sup>2</sup> Saint-Petersburg State University of Culture and Arts (2 Dvortsovaya embankment, St. Petersburg, 191186).

### Abstract

Today a completely new type of reality – «digital reality» – is being formed, which entails new challenges for individuals and society. Deep involvement in digital reality and the active use of its technical mediators creates a load on the psychophysics of the individual, which, especially in the stage of active growth, not only deforms behavioral patterns, but can also influence the formation of brain structures. Educational practices, through which society helped the individual to form their identity, lose their former certainty in the digital dimension. As a response to these challenges at the turn of the XX-XXI centuries, the concept of information hygiene was formed within the medical sciences, describing ways to minimize the destructive effects of the information environment. However, developed for a narrow field, this concept does not take into account the fact that psychophysical transformations under the influence of destructive influences of modern media threaten to destroy the basic constants of the human body. Positivist medicine, due to the specificity of its subject, does not see the eschatological horizon of the problem, on which the contours of our «posthuman future» are already clearly outlined. At this point, philosophy can and should recall that at the dawn of European civilization, medicine was inseparably an ethical program: a single set of practices – ascetic, hygienic, and mental-aimed not only at minimizing destructive influences but also at discovering and cultivating the individual's own humanity. Thus, in this article, the concept of information hygiene is thematized taking into account its historical and philosophical implications. On the one hand, it is intended to reflect the current specifics of the challenges, on the other – to take into account the experience of preventing destructive influences, practiced by late-antique philosophers in the status of «healers of the soul». For the empirical verification of this concept, the authors performed the following experiment. A group of first-year students were asked to spend a day without the Internet and describe their feelings and thoughts. The analysis of spontaneous ways to overcome deep involvement in digital reality allowed us to identify the most adequate forms of minimizing its destructive influences: avoidance of active leisure in the real world. These forms were in tune with the late-antique practices of self-care in the editorial office of the Epicurean school. This broader ethical consideration of information hygiene opens the way for theming a comprehensive approach to the problem of human survival in the face of digital reality.

**Keywords:** information hygiene, ethics, digital reality, digital environment, destructive influences, self-care

### References

1. Ado P. *Duhovnye uprazhneniya i antichnaya filosofiya* [Spiritual exercises and ancient philosophy.] St. Petersburg: Steppe wind, 2005. - 448 p. ISBN 5-98861-004-8 (in Russ.).
2. Baudrillard J. *Le societe de consommation: ses mythes, ses structures* [Russ. ed.: *Obshchestvo potrebleniya*.] Transl. from French. by E.A.Samarskaya. Moscow: AST, 2020. 383 p. (in Russ.).
3. Bostrom N. *Superintelligence. Paths, Dangers, Strategies*. [Russ. ed.: *Iskusstvennyy intellekt. Etapy, ugrozy, strategii*.] Transl. from Eng. by S. Filin. M.: Mann, Ivanov and Ferber, 2016. 496 p. (in Russ.).
4. *Diogen Laertskij o zhizni, ucheniyah i izrecheniyah znamenitykh filosofov* [Diogenes Laertius On the life, teachings and sayings of famous philosophers.] – Moscow: Mysl', 1979. 620 p. (in Russ.).
5. Eremin A.L. *Noogenez i teoriya intellekta*. [Neogenes and the theory of intelligence.] Krasnodar: Sovetskaya Kuban, 2005. 356 p. (In Russ.).
6. Yeager V. *Pajdejya. Vospitanie antichnogo greka*. [Paideia. The upbringing of an ancient Greek.] In two volumes, Vol. 1. Moscow: the Greek-Latin cabinet of Shichalin, 2001. 608 p. (in Russ.).
7. Yeager V. *Pajdejya. Vospitanie antichnogo greka*. [Paideia. The upbringing of an ancient Greek.] In two volumes, Vol. 2. Moscow: Greek-Latin cabinet of Shichalin, 1997. 336 p. (in Russ.).
8. Kernberg O. *Tyazhelye lichnostnye rasstrojstva. Strategii psixoterapii* [Severe personality disorders. Strategies of psychotherapy.] Moscow: Independent firm "Klass", 2017. 464 p. (in Russ.).
9. Latour B. *Reassembly of the social. Introduction to actor-network theory*. [Russ. ed.: *Peresborka social'nogo. Vvedenie v aktorny-setevuyu teoriyu*.] Transl. from Eng. by I.Polonskaya. Moscow: publishing house of higher school, 2020. 384 p. (in Russ.).
10. Molodtsova I.A., Maksimova E.A., Slivina L.P. Information hygiene: a general theoretical assessment of the problem. *NBI technologies*. 2018. Vol. 12. No. 2. P. 25-29. (In Russ.).
11. *Platon. Sobranie sochinenij* [Plato. The collected works in four volumes.] Vol. 3. Editors A.F.Losev, V.F.Asmus, A.A.Taho-Godi. Moscow: Mysl', 1994. 654 p. (in Russ.).
12. Pylkin A.A., Pylkin V.A., Serkova V.A. Soteriological relevance ethical late model. *Identity. Culture. Society*. 2021. Vol. 23. No. 1-2. P. 144-148. (in Russ.).
13. Pylkin A.A., Sokolova N.A. The problem of identity of an informatized person from the point of view of intertextualism *Living Standards of the Population in the Regions of Russia*. 2019. Vol. 15. No. 4. P. 117-122. DOI: 10.24411/1999-9836-2019-10087 (In Russ.).
14. *Seneka. Nравstvennye pis'ma k Lucilliyu* [Seneca Moral letters to Lucillius.] Moscow: AST, 2020. 640 p.
15. Sloterdijk P., Heinrichs G.Yu. *Solnce i smert': dialogicheskie issledovaniya* [The sun and death: dialogical studies.] St. Petersburg: Ivan Limbach, 2015. 608 p.

16. Foucault M. L'Herméneutique du sujet. Cours de Michel Foucault au Collège de France [Russ. Ed.: *Germenevtika sub"ekta. Kurs lekcij, pročitannyh v Kolledzhe de Frans v 1981—1982 uch. godu.*] Trasl. From French by A.G. Pogonyajlo. St. Petersburg: Nauka, 2007. 677 p.
17. Hosokawa R., Katsura T. Association between mobile technology use and child adjustment in early elementary school age [published correction appears in PLoS One. 2018 Dec 14;13(12):e0208844]. *PLoS One*. 2018. Vol. 13. No. 7. P. e0199959. DOI:10.1371/journal.pone.0199959.
18. Carter B., Rees P., Hale L., Bhattacharjee D., Paradkar MS Association Between Portable Screen-Based Media Device Access or Use and Sleep Outcomes: A Systematic Review and Meta-analysis. *JAMA Pediatr*. 2016. Vol. 170. No. 12. P. 1202–1208. DOI: 10.1001/jamapediatrics.2016.2341.
19. Kim R., Lee KJ, Choi YJ Mobile Phone Overuse Among Elementary School Students in Korea: Factors Associated With Mobile Phone Use as a Behavior Addiction. *Journal of Addictions Nursing*. 2015. Vol. 26. No. 2. P.81–85. DOI: 10.1097/JAN.0000000000000074.
20. Sherman LE et al. The Power of the Like in Adolescence: Effects of Peer Influence on Neural and Behavioral Responses to Social Media. *Psychol. Sci*. 2016. Vol. 27. No. 7. P. 1027–1035. DOI: 10.1177/0956797616645673.

**Authors' declared contribution:**

**Alexander A. Pylkin** – statement of the problem, critical analysis of the literature, data collection, processing and analysis, tabular representation of data, analysis of research results, formulation of research conclusions.

**Vera A. Serkova** – statement of the problem, development of the concept of the article, analysis of the results of the study, formulation of the conclusions of the study.

**Maria S. Pylkina** – statement of the problem, article concept development, translation and analysis of English-language sources.

**Information about the authors:**

**Alexander A. Pylkin** – PhD in philosophy, associate professor of the Department of Social Sciences, Peter the Great St. Petersburg Polytechnic University (SPbPU) (29 Politechnicheskaya Street, Saint Petersburg, 194064).

**E-mail** apylkin@yandex.ru **elibrary Author\_id** 562152

**ORCID ID** <https://orcid.org/0000-0003-4856-3921> **ResearcherID** R-2347-2019

**Vera A. Serkova** – Doctor of philosophy, professor of the Department of Social Sciences, Peter the Great St. Petersburg Polytechnic University (SPbPU) (29 Politechnicheskaya Street, Saint Petersburg, 194064).

**E-mail** henrypooshel@rambler.ru **elibrary Author\_id** 434212

**ORCID ID** <https://orcid.org/0000-0003-4543-0496> **ResearcherID** F-4990-2019

**Maria S. Pylkina** – PhD in philosophy, associate professor of the Department of Culturology, Saint-Petersburg State University of Culture and Arts (191186, St. Petersburg, Dvortsovaya embankment, 2).

**E-mail** AB3115@yandex.ru **elibrary Author\_id** 585562

**ORCID ID** <https://orcid.org/0000-0002-5312-1768>