

**НАУКА И ОБРАЗОВАНИЕ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ:
методология, теория и практика**

Добросердова Виолетта Николаевна

старший преподаватель кафедры общей и практической психологии,
ГАОУ ВО МГПУ «Московский Городской педагогический университет»,
г. Москва

**ВЛИЯНИЯ ИНФОРМАЦИОННОЙ СРЕДЫ НА ПСИХИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Аннотация. В статье показана проблема влияния информационной среды на психическое развитие ребенка дошкольного возраста. Показаны отрицательные стороны информационно-психологического воздействия на ребенка.

Ключевые слова: информационная среда, информационное воздействие, негативное информационно-психологическое воздействие.

Современное общество находится в процессе перехода к обществу информационному, которое меняется под натиском новых технологий. Эти изменения происходят в разнообразных сферах, в том числе и образовательной. Мы наблюдаем за созданием новых технологий, не замечая их непосредственное влияние на каждого человека. Человеческий мозг перегружен нескончаемым потоком информации, что приводит к новой опасности современности - «информационному перенасыщению».

Ричард Вурман в 1989 году опубликовал бестселлер *Information Anxiety*, в котором осветил проблему информационного «перенасыщения», определил, что информационное перенасыщение является причиной множества психологических проблем, связанных с информационной перегрузкой. Введенное понятие он охарактеризовал снижением аналитических способностей человека, постоянной тяге к поиску новой информации, тревогой, бессонницей, снижением способности принимать решения.

НАУКА И ОБРАЗОВАНИЕ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ: методология, теория и практика

В дальнейшем ученые расширили этот список, в который вошли: плохая концентрация, непродуктивная мультизадачность, враждебность и раздражительность, симптомы стресса (сердцебиение, повышенное или неустойчивое давление, боли в желудке и т.п.).

В последнее время, в исследованиях ученых, появился термин «синдром информационной усталости».

Синдром информационной усталости (англ. *Information fatigue syndrome*) — понятие, отражающее специфическое психологическое состояние человека, которое ведёт к неверным оценкам реальности, ложным умозаключениям и к принятию неудовлетворительных, ошибочных решений. Термин ввёл в оборот американский нейрофизиолог Дэвид Льюис в 1996 году. [3]. Данный синдром проявляется в неспособности сконцентрироваться, причиной которой может явиться перегрузка краткосрочной памяти человека.

Синдром информационной усталости имеет все признаки реальной болезни (стресс, эмоциональная напряжённость, межличностные конфликты, функциональные нарушения сердечно-сосудистой системы, центральной и вегетативной нервной системы и др.).

Можно констатировать, что информационная перегрузка возникает в результате несоответствия количества поступающей информации объективным возможностям её восприятия и переработки человеком.

Непрекращающийся поток информации мешает продуктивной работе психических процессов, что приводит к снижению концентрации внимания, аналитических способностей. Информационный шум не замечается на уровне физического восприятия, поэтому происходит привыкание к нему. Отсутствие или снижение его количества может привести к негативным переживаниям.

Возникает зависимость от информации. Привычка постоянного поиска информации может отразиться в возникновении тревоги. Ограничение информации

НАУКА И ОБРАЗОВАНИЕ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ: методология, теория и практика

вызывает острую негативную реакцию, появление раздражения, паники, что повышает вероятность развития психосоматических заболеваний.

Огромный, неконтролируемый поток информации может стать причиной экзистенциального кризиса, переживаемого человеком.

Сначала информационная перегрузка, а затем и информационная усталость возникают из-за несовпадения возможностей восприятия и переработки информации человеком с количеством поступающей к нему информации.

Информационный стресс — это состояние, возникающее в результате либо получения слишком большого потока информации, либо из-за её негативизма и разрушающего воздействия на личность.

В. А. Бодров выделяет причины развития информационного стресса:

1) непосредственные: семантические (высокая субъективная сложность задачи, высокая ответственность задания, противоречивость информации, недостаточный контроль за ситуацией, непредсказуемость развития ситуации и т. п.); операциональные (дефицит информации, избыточность информации, низкая вероятность поступления значимой информации и т. п.); временные (дефицит времени, аритмичность или высокий темп предъявления информации, большая длительность воздействия нагрузки и т. п.); организационные (объективная неопределенность момента предъявления информации, неправильный выбор необходимой информации, отвлечение внимания и т. п.);

2) субъектные, которые определяют возможности возникновения, регуляции и преодоления стрессовых ситуаций (профессиональные, физиологические, психологические);

3) сопутствующие (средовые), которые предполагают развитие стрессовых состояний. [1].

НАУКА И ОБРАЗОВАНИЕ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ: методология, теория и практика

МакДональд отмечает, что перед обществом сегодня стоит не вопрос количества информации, а вопрос разработки инструментов и парадигм, позволяющих «фильтровать, приоритизировать, структурировать и понимать информацию».

Для того, чтобы предотвратить развитие синдрома информационной усталости, информационного стресса уже в детском возрасте необходимо заниматься профилактикой возможных нарушений.

Анализ научной литературы позволил сделать выводы о том, что основными факторами риска, а, следовательно, источниками информационно-психологической опасности для детей дошкольного возраста, могут являться объем, полнота, количество циркулируемой информации, точность, доступность, своевременность поступления, а также адекватность эргономических характеристик информации и их потоков перцептивным параметрам органов чувств, свойствам внимания, памяти, мышления, поведенческим стереотипам. Наличие в информационных потоках специфических элементов, также могут целенаправленно менять психофизиологическое состояние детей [2].

В. А. Бодров выделяет причины развития информационного стресса:

1) непосредственные (информационные): семантические (высокая субъективная сложность задачи, высокая ответственность задания, противоречивость информации, недостаточный контроль за ситуацией, непредсказуемость развития ситуации и т. п.); операциональные (дефицит информации, избыточность информации, низкая вероятность поступления значимой информации и т. п.); временные (дефицит времени, аритмичность или высокий темп предъявления информации, большая длительность воздействия нагрузки и т. п.); организационные (объективная неопределенность момента предъявления информации, неправильный выбор необходимой информации, отвлечение внимания и т. п.);

НАУКА И ОБРАЗОВАНИЕ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ: методология, теория и практика

2) субъектные, которые определяют возможности возникновения, регуляции и преодоления стрессовых ситуаций (профессиональные, физиологические, психологические);

3) сопутствующие (средовые), которые предполагают развитие стрессовых состояний. [1].

Информационный стресс может возникнуть у детей дошкольного возраста в результате либо переизбытка информации, либо из-за её негативного содержания. Исходя из анализа научных источников, можно выделить ряд факторов, которые могут вызвать информационный стресс у детей: противоречивость информации, ее избыточность; неправильное восприятие; не соответствие задания возрасту ребенка, сложность информации; дефицит времени на восприятие информации; непоследовательность передачи материала; интенсивно возрастающий поток информации; высокий темп передачи информации.

А также можно отметить неправильный подбор информации педагогом, родителем. Низкая концентрация внимания ребенка. Совмещение одновременно нескольких типов деятельности также могут стать причиной информационного стресса. Искажение, противоречивость информации, плохое структурирование материала тоже влияют на восприятие информации. Важным моментом могут стать психологическая незрелость, неготовности к восприятию предоставляемого материала.

Можно выделить отличительные особенности информационного стресса, которые сопровождаются нарушениями когнитивной сферы ребенка:

- повышенная утомляемость при выполнении умственной работы;
- снижение работоспособности; ухудшение памяти;
- невозможность акцентировать внимание на чём-либо;
- регресс способностей к обучению; снижение IQ;

Психические и физические признаки информационного стресса:

НАУКА И ОБРАЗОВАНИЕ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ: методология, теория и практика

- раздражённость, агрессия, неврозы;
- подавленность, апатия к происходящему, уныние, пессимизм;
- невозможность расслабиться, постоянное внутреннее напряжение;
- плаксивость; навязчивые состояния;
- формирование внутренних комплексов, заниженная самооценка;
- синдром хронической усталости;
- зрительные нарушения, физическая усталость, головная боль, потеря аппетита.

Таким образом, информационное воздействие оказывает непосредственное влияние на функционирование и развитие организма ребенка, на его психику и поведение.

Информационное пространство можно определить, как источник информационного воздействия на ребенка и этот фактор не позволяет однозначно расценивать его в качестве благоприятной среды влияния. Такими факторами могут быть неограниченный объем поступления информации к детям, присутствие в информационных потоках специфических элементов, которые целенаправленно меняют психофизиологическое состояние детей.

Девид Микикс, автор *Slow Reading in a Hurried Age* говорит о детях, которые выросли в цифровой эре, и именно они больше предыдущих поколений страдают от постоянно рассеянного внимания: «многозадачность вызывает повышенное выделение кортизола, гормона стресса, а также адреналина, что ускоряет мозговую активность и приводит к раздробленности мышления». Дети не могут концентрироваться долго на одном объекте.

Количество информации, которое окружает ребенка огромно, увеличивается с каждым днем. Поэтому педагог, родители должны предпринимать соответствующие меры, чтобы предотвратить пагубное влияние информации на ребенка.

НАУКА И ОБРАЗОВАНИЕ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ: методология, теория и практика

Необходимо развивать память, внимание и интеллектуальные способности ребенка. Учить работать с информацией, подходить к ней избирательно, уметь убирать лишнее, отличать положительную информацию от отрицательной, структурировать информацию, воспринимать дозированно. Необходимо ограничить доступность к гаджетам, СМИ.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бодров В. А. Информационный стресс: учебное пособие для вузов. – М., 2000.
2. Винокуров И., Гуртовой Г. Психотронная война. – М., 1993.
3. Еляков А.Д. Дефицит информации в современном обществе // Социс. – 2010.