

УДК 004:159.944.4

Медведева Нина Ильинична

## СОВРЕМЕННАЯ СОЦИАЛЬНАЯ СРЕДА КАК ФАКТОР И ИСТОЧНИК ИНФОРМАЦИОННОГО СТРЕССА

*В статье рассматривается «информационный стресс» как проблема и причина нестабильности психологического здоровья человека, сделана попытка выявления причин «информационного взрыва» в целом и влияния информационного стресса на различные слои населения современной России, характеризуются признаки информационных перегрузок людей различного возраста.*

**Ключевые слова:** информационный стресс, информационный взрыв.

Nina Medvedeva

### MODERN SOCIAL ENVIRONMENT AS A FACTOR AND A SOURCE OF INFORMATIONAL STRESS

*The article focuses on the “informational stress” as an issue and the reason behind unstable psychological health in humans. There is also an attempt to identify the causes for the “information explosion” as a whole and the impact that information stress has on various layers of population in the nowadays Russia. The author also provides a description of the most typical informational overloads affecting people of different age groups.*

**Key words:** informational stress, informational explosion.

В психологической науке принято выделять физиологический и психологический виды стресса. В структуру психологического стресса традиционно включают эмоциональный и информационный виды стресса [2]. Характеризуя эмоциональный стресс психологи придают значение выраженным эмоциональным реакциям, информационный стресс – когнитивным процессам (критический аналитический подход к ситуации, анализ имеющихся ресурсов, предвидение или прогноз дальнейших событий и т. д.).

В настоящее время психологи огромное значение придают информационному стрессу, выделяя причины его развития:

1) объективные: повышенная усложненность жизненной ситуации, противоречивость полученной информации, высокая ответственность, недостаточный контроль над ситуацией, непредсказуемость развития ситуации и т. п.; недостаток, противоречивость или избыточность информации, малая вероятность владения и получения значимой информации; дефицит времени для овладения большим объемом информации, высокий темп предъявления информации, неадекватная сила длительности воздействия нагрузки и т. п.; неопределенность момента предъявления информации, неумение выбрать необходимую информацию, сосредоточить правильно внимание и т. п.;

2) субъективные, учитывающие возможности появления, регуляции и преодоления стрессовых ситуаций: профессиональные, физиологические, психологические;

3) окружающая социальная среда.

Любой психологический стресс в своей основе является информационным, так как источником его развития служат сообщения, получаемые из различных источников, или информация, которая травмирует человека в форме прошлых воспоминаний стрессовых событий и их последствий. Достаточно часто стали встречаться такие слова, как «информационный стресс», «информационная перегрузка» и даже «информационный паралич» [2].

Зарубежные и отечественные психологи пришли к неутешительному выводу, что практически все слои населения России испытывают информационный стресс. В самом начале девяностых годов произошел распад советской страны, смена политического строя. Это явилось сильными факторами стресса и привело к травмированию российского общества. Затем последовал разгром всех привычных идеологических основ бытия, нередко стало отрицание подвигов отцов, дедов, добавилась

проблема физического выживания. Был построен капитализм, оказавшийся криминальным. В силу отсутствия легальных накоплений у населения он не мог быть другим. Унижение и дезориентация общества были характерными чертами того времени. Такие факторы стресса не всем удалось пережить.

Но человек старается выжить в любых условиях. Начали приспосабливаться и мы. После полوسы полного отсутствия рождения детей, на улицах появились беременные женщины, замелькали детские коляски.

По мнению авторитетных психологов, одним из основных источников информационного стресса являются средства массовой информации, которые не всегда корректно предоставляют информацию населению. Постоянный поток негативной информации с экранов телевидения, страниц газет, Интернета о различных катастрофах, террористических актах, криминальных происшествиях. Это не проходит бесследно для организма, ослабляет иммунную систему, приводит к хроническим заболеваниям, депрессиям. Зайдя на любой сайт, каждый житель нашей страны видит новостную ленту о страшных событиях последнего дня. Проанализировав содержание информации за неделю, мы пришли к страшному выводу, что более 85 % информации негативного стрессующего характера. СМИ принадлежит особая роль в формировании нашего сознания. Поскольку поток информации непрерывно нарастает, постольку – в отсутствии государственной идеологии – они оказались властителями душ. Дешевые отвратительные сериалы и тупые реалити-шоу, напичканные драками, стрельбой, убийствами, грязным бельем звезд, скандалами, воровством на всех уровнях, авариями, кризисами, смакованием извращений и полным отрицанием прошлого пришли в каждый дом. Необходимо всему обществу задуматься, как влияет вызываемый ими стресс и его последствия, на разные слои населения: на человека, вернувшегося уставшим с работы, на пенсионера, на молодой неокрепший ум подростка. Потеряно всякое чувство меры. Круглосуточно человек получает поток отрицательной информации, которая формирует негативные эмоции и энергии, действует как разрушающий инструмент замедленного действия. Ненависть, неуверенность в завтрашнем дне, страх за будущее своих детей – настоящие причины информационного стресса, формируемого сегодняшними СМИ.

Деструктивное информационное воздействие на правосознание личности разрушает механизм реализации права. Оно негативно влияет на социальную мотивацию граждан, формирует стойкое неприятие норм и правил поведения в обществе, внушают гражданам идею о нецелесообразности соблюдения правовых норм. Деструктивное воздействие средств массовой информации на правосознание особенно губительно для неокрепших умов школьников. Поражающее воздействие в рассматриваемом случае имеет в настоящее время нарастающий эффект. Представления о праве отражаются в правосознании каждого гражданина, детерминируют выбор поведения личности, а преобладающие установки и представления в правосознании общества предопределяют выбор пути развития общества. В этих условиях негативное информационное воздействие формирует неправильное представление или деформирует сложившиеся у личности представления о праве, несет угрозу как самому человеку, так и обществу.

Государственная политика в данных вопросах однозначно направлена на правовое обеспечение информационно-психологической безопасности детей, принят Федеральный закон «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» от 29.12.2012 г. Прочитав статью 6.17. Нарушение законодательства Российской Федерации о защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и (или) развитию, можно узнать, каким образом накажут каждого, кто стрессует и разлагает детей и подростков. Например, размещение в информационной продукции для детей, включая информационную продукцию, размещаемую в информационно-телекоммуникационных сетях (в том числе в сети «Интернет»), объявления о привлечении детей к участию в создании информационной продукции, причиняющей вред их здоровью и (или) развитию, влечет наложение административного штрафа на граждан в размере от одной до полутора тысяч рублей; на должностных лиц – от двух до трех тысяч рублей; на юридических лиц – от двадцати до тридцати тысяч рублей.

Любое информационное воздействие имеет психологический характер. Проникая через психические механизмы головного мозга, оно влияет на поведение человека опосредованно. Информационное воздействие может быть эффективным, если изменены и переструктурированы психологические качества, индивидуально-типологические особенности, модели поведения человека. Огромный масштаб информационного воздействия, формирование транснациональной информационно-телекоммуникационной инфраструктуры, кроме положительного влияния, рождает много сложных проблем, связанных с формированием личности, развитием самосознания, психологических, социальных, медицинских, правовых аспектов взаимодействия человека с его информационным окружением. Деструктивным информационно-психологическим воздействием считают в том случае, если информация меняет психику и сознание, приводит к искаженному восприятию окружающей действительности, и, как следствие, возникают патологии в поведении. Следует отметить информационно-психологические факторы риска, которые деформируют сознание и поведение, потенциально опасны для нормальной жизнедеятельности человека.

Таковыми факторами информационно-психологического риска могут быть:

- 1) социальная и интеллектуальная незрелость личности, которая мешает самостоятельно и осознанно выбрать информацию [1];
- 2) установки личности на внушаемость, высокая готовность воспринимать информационные воздействия, склонность к манипуляции сознанием;
- 3) неадекватное функциональное состояние головного мозга и психики;
- 4) социальное окружение, повышающее внушаемость, массовое заражение идеями, призывами, исходящими от неординарной личности, вызываемое на психофизиологическом уровне хроническим или острым психоэмоциональным стрессом, фрустрацией, тревожностью;
- 5) детский, подростковый и ранний юношеский возраст. Эта возрастная группа ранима и уязвима, так как не сформирована система ценностей, подход к воспринимаемой информации аналитико-синтетический.

Статистические данные показывают масштабность и силу деструктивного воздействия информационной среды на психику и сознание детей и подростков, их поведенческую и интеллектуальную сферы, усиление проблемы информационно-психологической безопасности. Под информационно-психологической безопасностью понимается устойчивое состояние защищенности личности от негативных информационных воздействий. Естественно, окружающая человека информационная среда имеет различную скорость протекания информационных процессов и информационно-психологического воздействия, так как в ней в интегрированном виде функционируют информация, адекватно отражающая существующий мир, и деформированная, искаженная информация. В потоке этой информации может разобраться и сориентироваться человек, имеющий знания, умеющий анализировать информацию. Это обусловлено как сложностью самого процесса познания, недостаточностью наших знаний об окружающем мире, так и субъективностью, безграмотностью порождающих ее людей. Деструктивное информационно-психологическое воздействие опасно ещё и тем, что манипулирует сознанием, формируя негативные представления и эмоционально-волевую сферу. Манипуляция сознанием является опасной формой управления людьми, когда человеку навязываются идеи, установки, мотивы, стереотипы поведения, выгодные субъекту воздействия, или имеет место скрытое психологическое принуждение личности.

В российском обществе возникла проблема обеспечения контроля за динамичностью и расширением информационной среды. Негативный информационный поток создает угрозу для развития личности детей, подростков, не обходя и взрослого человека, усиливает конфликтность, способствует увеличению количества одиноких, чувствующих себя ненужными людей, уменьшает возможность живого общения, ведет к потере навыков культурного общения между людьми, к изменению образа мира людей и перепрограммированию их сознания. Рост ежедневно воздействующих на каждого россиянина различного рода негативных сообщений ведет к состоянию, в котором человек не может принять адекватного решения, правильно действовать.

Негативная информация доступна детям и подросткам настолько, что стала провокатором психических расстройств, сексуальной распушенности, огромного количества абортс среди подростков. Увеличилось количество суицидов: в 2014 г. среди московских школьников по сравнению с 2013 г. – втрое, причем среди основных причин доминирует вовлеченность в социальные сети, страх перед будущим и курительные смеси. В 2014 г. в Москве ушло из жизни 28 детей и подростков до 16 лет. В предыдущем году их было втрое меньше. Количество суицидов неуклонно растет по всей России. В основном самоубийцы 14–15-летние подростки, а в 2014 г. суицид совершили и девятилетние. В 2013 г. стало сенсацией, что 12-летний ребенок совершил самоубийство. Такая тенденция снижения возраста детей, склонных к суициду, должна взорвать общество взрослых.

Совершенно очевидно, что обилие негативной информации деструктивно влияет на адекватность восприятия, психологическое самочувствие, степень и скорость реакции. Отрицательная информация, преподносимая СМИ, проникая в больших дозах в подсознание ребенка и подростка, дестабилизирует сознание человека, толкает на совершение деструктивных поступков. Ребенок бессистемно накапливает в себе этот негатив, создавая иллюзорный мир, не совпадающий с действительностью. Живя в обыденной обстановке, ребенок или подросток начинает действовать на основе представлений, преподнесенных информационной средой, которые неуклонно уводят его в виртуальный мир. Таким образом, наступает снижение адекватности человеческого сознания, утрачивается критерий истины.

Деструктивное воздействие оказывает информация, несущая негативные ценности и стандарты жизни, антигуманные установки. Широко распространяется массовая культура, направленная на коммерческий спрос, минуя эстетические представления, художественные критерии произведений искусства, учитывается только «рентабельность», спрос дешевого потребителя. Податели «массовой культуры» в погоне за сверхприбылями стали ориентироваться на низменные инстинкты человека.

Современный человек нуждается в помощи и защите от негативного воздействия информационной среды. Выйти из этой ситуации поможет лишь мобилизация усилий общественных и государственных институтов, самих средств массовой информации, которые могут помочь организовать эффективную помощь против информационного насилия. Жители мегаполисов становятся «заложниками навязчивых и агрессивных рекламы и масс-медиа», чувствуют себя чужими и ненужными в своем городе, пребывают в одиночестве, страхе. Город, перегруженный рекламой, становится неродным и неудобным [1]. Информационное насилие делает любого гражданина существом механическим, формирует отрицательные эмоции, отсутствие личностной и интеллектуальной рефлексии, мешает критически относиться к окружающему.

В СМИ открыто распространяется агрессия, насилие и жестокость. С экранов отечественного телевидения каждый день навязываются подробности траурных событий, катастроф, убийств, несчастных случаев, показываются жертвы насилия. Дети и подростки в силу своих возрастных особенностей начинают сопереживать, сочувствовать, сострадать, что формирует у них снижение настроения, астению, тревогу за своих родных и близких, дети рисуют сцены, в которых могут оказаться сами или их родные. Отрицательные эмоции, возникающие при просмотре указанных телепередач, в результате их накопления и суммирования могут приводить к подрыву психического здоровья ребенка, повышению уровня тревожности, нарушениям сна, развитию предневротических и невротических расстройств. Телевидение, как и другие СМИ, становится источником и средством доставки в сознание людей разнообразных социально-стрессовых воздействий, многократно тиражируемых, что способствует развитию массовых социально-стрессовых расстройств в форме разнообразных невротических, депрессивных, тревожных, соматоформных, психосоматических расстройств. Право человека на благоприятную окружающую среду, достоверную информацию о ее состоянии закреплено в ст. 42 Конституции РФ и Федеральном законе об охране окружающей среды. Указанный закон утвердил право граждан на охрану здоровья от неблагоприятного воздействия окружающей среды, вызванного хозяйственной или иной деятельностью. Однако это конституционное право, как показывают

приведенные выше данные, подвергается широкомасштабным нарушениям с тенденцией к дальнейшему их нарастанию. В связи с этим мы полагаем, что на основе методологически и методически адекватного анализа степени и качества «загрязненности» информационной среды, ее агрессивности и деструктивности по отношению к личности и психическому здоровью ребенка необходимо приступить к научно обоснованному подбору методов и средств противодействия СМИ, телевидению.

#### *Литература*

1. Левицкая А. А. Ваш ребенок и реклама. М.: Информация для всех, 2011.
2. Бодров В. А. Психологический стресс: развитие учения и современное состояние проблемы. М.: Изд-во Института психологии РАН, 1995.

УДК 159.9

**Нездайминова Елена Анатольевна**

## **ВЛИЯНИЕ СОЦИОКУЛЬТУРНЫХ УСЛОВИЙ НА ЛИЧНОСТНОЕ РАЗВИТИЕ СОВРЕМЕННОГО ПОДРОСТКА**

*В статье представлены научные исследования личностного изменения современного подростка под влиянием различных факторов: семья, образовательное учреждение, микросоциум, массовая культура.*

**Ключевые слова:** подростковый возраст, процесс социализации, ценностные ориентации подростков.

**Elena Nezdayminova**

### **INFLUENCE SOCIOCULTURAL CONDITIONS ON PERSONAL DEVELOPMENT OF MODERN TEENAGERS**

*The article describes the research of personality change of the modern teenager influenced by various factors: family, educational institution, microsocium, mass culture.*

**Key words:** adolescence, the process of socialization, value orientation of adolescents.

Изменения, происходящие в жизни нашего общества, коснулись разных уровней социальных и индивидуальных сфер развития человека. Современные социокультурные условия требуют от личности быть открытой и гибкой системой. Одним из главных условий внутреннего и внешнего ценностного баланса является социализация личности. Значение социализации заключается в том, что личность формируется как член общества. В развитии любого общества важную роль играет обучение и воспитание будущего поколения как источника будущего развития общества и различных благ, но возрастающая динамика и многообразие социокультурных процессов – отличительная черта современности – имеет следствием многочисленные деформации личности подростка.

Особого внимания в настоящее время заслуживает процесс социализации подростков. Нужно учитывать, что подростковый возраст – это переходный возраст из «мира детства» в «мир взрослых», в котором ребёнок знакомится с социальными ролями взрослого человека, происходит активное развитие нравственных и эстетических чувств, становление характера. Преобразование мотиваций, системы ценностных ориентаций выделяют этот возраст как важный период становления личности.

Исследованию становления личности современного подростка в последнее время посвящено немало работ (Е. Л. Белицкая, Г. П. Гаврилова (1997), В. М. Вызова (1998), С. А. Башкова (1999), Л. М. Додова (2012), А. А. Метелина и др. (2013), К. А. Абульханова (2011), И. А. Баева (2005), С. В. Молчанов (2005), А. А. Реан (2006), Л. А. Ретуш (2005), В. С. Собкин (1998, 2011) и другие). Все авторы отмечают, что в новых условиях нестабильности теряются чёткие представления о действительных ценностно-нормативных ориентациях, характеризующих личность.