

УДК 316.6

*Социальная психология*

## **ИНФОРМАЦИОННАЯ КУЛЬТУРА И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ**

**Суворова О.В., Кухарев А.С.**

В статье анализируются существующие психологические подходы к исследованию проблемы информационного потребления, особенностей информационной культуры и психогигиены, а также взаимосвязи данных феноменов с эмоционально-ценностной сферой личности студентов. Рассматриваются проблемы, которые влечет за собой стихийно сложившаяся информационная культура личности, а также риски и дезадаптации, которые несёт в себе большой и слабо осознаваемый информационный поток. Описаны навыки информационной психогигиены, необходимые человеку, для того чтобы справляться с объёмами поступающей информации. Особое внимание уделяется анализу и осмыслению роли информации в жизни студентов, поскольку данная социальная группа более других подвержена влиянию больших массивов данных. В связи с этим подчёркивается важность обучения молодёжи навыкам эффективной и многоаспектной работы с информацией в рамках образовательного процесса и психологической службы вуза. Выявляются и обобщаются предпосылки перспективы исследования особенностей информационного потребления и развития информационной культуры у студентов.

**Ключевые слова:** информационное потребление, информационная культура, информационная психогигиена, студенты, Интернет-зависимость.

## **INFORMATION CULTURE AND PSYCHOLOGICAL HEALTH OF STUDENTS ' PERSONALITY**

**Suvorova O.V., Kukharev A.S.**

The article analyzes the existing psychological approaches to the study of the problem of information consumption, features of information culture and psychohygiene, as well as the relationship of these phenomena with the emotional and value sphere of students ' personality. The article deals with the problems that a spontaneously formed information culture of a person entails, as well as the risks and disadaptation that a large and poorly realized information flow entails. It describes the skills of information psychohygiene, which are necessary for a person to cope with the volume of incoming information. Special attention is paid to the analysis and understanding of the role of information in the life of students, since this social group is more susceptible to the influence of large data sets. In this regard, the importance of teaching young people the skills of effective and multidimensional work with information in the educational process and psychological services of the University is emphasized. The author identifies and summarizes the prerequisites for the future study of the features of information consumption and the development of information culture among students.

**Key words:** information consumption, information culture, informational hygiene, students, Internet addiction.

### **Введение**

Актуальность исследования проблемы информационного потребления среди студентов не вызывает сомнений. Роль информации в современном социуме крайне велика: человек живет в информационной среде, в которой высокими темпами происходит развитие средств массовой информации, протекают процессы глобализации, активно используется Интернет. В то же время, большинство людей оказываются неспособными эффективно усваивать и анализировать информацию. И в данном контексте особого внимания заслуживают

студенты, для которых Интернет и работа с большими объемами информации является нормой жизни.

В настоящее время скорость поступления и объемы информации настолько возросли, что мозг человека не справляется с этой нагрузкой. Это может нарушать эмоциональное здоровье, приводить к возникновению различных зависимостей, а также психических расстройств, и в данном контексте крайне актуальной становится задача формирования информационной культуры и психогигиены, особенно в студенческой среде, поскольку молодые люди могут не иметь навыков эффективного и безопасного информационного потребления. Стоит при этом отметить, что в научной литературе по данной проблеме исследования немногочисленны.

В связи с этим, *целью* данной статьи является анализ имеющихся научных работ, посвящённых проблеме информационного потребления (на примере студенческого возраста), а также определение принципов и подходов к разработке практических рекомендаций по развитию информационной культуры студентов для психологической службы вузов.

### **Результаты исследования**

Обратимся к используемым терминам. Информационная культура представляет собой способность общества эффективно применять имеющиеся в его распоряжении информационные ресурсы, а также использовать современные технологии в сфере развития инструментов информатизации [5]. Выделяются различные компоненты информационной культуры: информационная деятельность, информационная компетентность, информационное мировоззрение, информационное поведение, ценностные ориентации, информационная гигиена и т. д. [18]. Близкий по смыслу термин «информационная психогигиена» подразумевает способность человека к управлению и «саморегуляции информационных процессов» [16], а также формирование некоего информационного иммунитета, который позволяет ограждать себя от ненужных данных, обеспечивая тем самым психологическую безопасность.

Анализ научных работ, посвященных проблематике формирования информационной культуры и информационного потребления, позволил установить, что за последние годы внимание преимущественно уделялось особенностям детского и подросткового возраста. Рассматривались вопросы психогигиены для школьников, а также многие схожие темы, связанные с процессом обучения школьника и обилия информации вокруг него [2, 8, 11].

В то же время, вне зоны внимания остаются вопросы информационной культуры и психогигиены в студенческой среде, а также их взаимосвязь с эмоционально-ценностными особенностями личности студентов. При этом ценностные ориентации являются важным

компонентом информационной культуры. Следовательно, формирование информационной культуры у студентов крайне важно, для того чтобы обеспечить профилактику нарушений их ценностных ориентаций и эмоциональной сферы.

Важно также отметить, что одной из главных тенденций в профессиональной сфере общества является информатизация исторически неинформационных профессий [7]. И задача вуза – подготовить к этому учащихся, обеспечив им адаптацию к новым социальным условиям. Так, Л.М. Курбанова отмечает, что для изменения социальной ситуации необходимо обучать студентов владению методами аналитической обработки информации [10]. Однако не все образовательные учреждения готовы к этому, к тому же сами студенты не всегда стремятся осваивать информационные технологии, а также навыки эффективной работы с ними.

В то же время, исследования показывают, что студенты являются самыми активными пользователями Всемирной сети. При этом влияние Интернет-сообществ и социальных сетей на ориентиры молодых людей, социальную активность и даже жизненные стратегии личности неоднозначно. Одним из основных рисков является возникновение Интернет-зависимости. Данная проблема является крайне распространённой сегодня, а её опасность заключается, в первую очередь, в том, что происходит перенос фокуса внимания с реальной жизни в виртуальную, искусственную, в результате чего возникает угроза для его психического состояния и даже сохранения личности в целом [2]. Кроме того, Интернет-зависимым людям свойственна неразборчивость потребления информации, независимо от её достоверности.

По результатам проведенных исследований можно заключить, что чрезмерное использование Интернета и социальных сетей негативно влияет на развитие человека, ухудшает состояние его здоровья, а также эмоциональной сферы что, в конечном счёте, представляет опасность для социума в целом [4, 19]. Отмечается, что информационные технологии могут негативно влиять на мышление личности, при этом следствием высоких информационных перегрузок может стать измененное состояние сознания, а также различные эмоциональные нарушения и расстройства [6]. Однако не все так однозначно. Н.С. Крамаренко отмечает, что Интернет является сферой самоосуществления субъектных качеств личности, то есть в современном мире виртуальная сфера может быть настолько же значима, как и реальный мир [9] и являться местом, где человек может удовлетворить свою потребность в коммуникации. Всё это говорит о том, что необходимо формировать у пользователей Сети культуру Интернет-пользования, а также искать баланс в сочетании живого и виртуального общения.

Данную проблему можно рассмотреть шире, в контексте вопроса о информационном потреблении. Андреева Е.В. в своей работе говорит о новом виде «человека потребляющего», использующего потребление для самореализации и творческого самовыражения [1]. Общение и взаимодействие в интернете становятся некой разновидностью потребления. Таким образом, возникновение нового виртуального информационного поля размывает границы, отличающие создателя от потребителя контента [12]. И в данном контексте заслуживает внимания работа современного философа, футуролога Э. Тоффлера «Третья волна» [17]. Автор вводит термин prosumer – человек, который совмещает в себе сразу две функции: производителя (producer) и потребителя (consumer). Просьюмеры – это группа людей, характеризующихся любопытством и открытостью новому, при этом самостоятельных и обладающих независимым мышлением. Люди данного типа мыслят критически, они склонны проверять информацию, которая поступает к ним из рекламы или средств массовой информации, при этом умеют извлечь из неё самую суть. Также они характеризуются высокой включённостью в современную культуру [1]. Именно так можно описать некий идеал человека, обладающего высокой информационной культурой и развитыми навыками информационной психогигиены.

Однако реальность такова, что многие потребители информации не такие избирательные и самостоятельные, как предполагает Э. Тоффлер. С.Л. Таланов отмечает: несмотря на то, что студенты активно используют Интернет при выполнении различного рода заданий, у половины учащихся слабо развиты навыки работы с информацией в цифровом пространстве; у большинства студентов не сформированы навыки критического мышления [15]. Это является существенным недостатком в современном мире, где один из основных навыков – это умение быстро находить, перепроверять нужную информацию, а также выделять её суть. По мнению Сидоровой Т.В. объективные и надёжные данные можно получить, только задействовав различные источники информации, проводя анализ и синтез полученных данных, реализуя научный подход к верификации требуемой информации [13]. Г.М. Андреева также подчёркивает, что для поддержания психологической стабильности, а также существующих представлений об окружающей социальной среде, важен селективный отбор поступающей информации [14]. При этом подвергать осознанному отбору, «фильтровать» необходимо не только поступающую информацию, но и присваиваемые вместе с ней жизненные взгляды и ценности. Исследователи сходятся в том, что для присвоения социальных ценностей и норм человеку необходимо познакомиться с ними, «разглядеть», затем проанализировать и оценить их и, в заключение, произвести отбор ценностей с учётом их значимости для себя. Сидорова Т.В. называет этот процесс «социальная зоркость» [13].

Обобщая вышесказанное, можно сформулировать принципы и подходы, а также основные направления формирования информационной культуры студентов в рамках психологической службы вуза, в образовательном процессе и в процессе воспитания. К ним относятся систематичность и комплексность проводимых мероприятий; максимально широкий охват студентов; формирование ключевых компонентов информационной культуры; сосредоточение на обучающих и познавательных потребностях, нацеленность на развивающие возможности программных продуктов. Основные направления формирования информационной культуры: развитие критичности мышления и «социальной зоркости», формирование информационного иммунитета и способности студентов к саморегуляции информационных процессов, анализу и верификации данных, а также повышение эффективности работы с информацией, развитие способности применять полученные навыки как в реальной (например, учебной) среде, так и в виртуальной. Помимо этого, существенное внимание должно уделяться формированию ценностей студентов, а также профилактике различного рода эмоциональных нарушений, социальной дезадаптации.

### **Обсуждение и заключения**

Итак, формирование культуры информационного потребления развивающейся личности, в том числе в студенческом возрасте – важная задача XXI века. Психологический состав и особенности данного социального феномена ещё пока только осознаются. Современные авторы делают выводы о наличии связи содержания и объёмов информации с соответствующими поведенческими реакциями личности, прежде всего, со снижением осмысленности и критичности. Можно говорить о тесной взаимосвязи информационной культуры и психологического благополучия молодого поколения и общества в целом.

Профилактика нарушений и расстройств, связанных с последствиями информационного потребления, представляется крайне важной задачей как для научного сообщества, так и с точки зрения практики, для психологической службы вузов. В соответствии с этим, каждому человеку необходимо уметь объективно анализировать и системно оценивать новую информацию, развивать навыки информационной психогигиены, уметь защититься от информационного шума, осознанно регулировать ритм информационного потока.

При решении информационно-профессиональных задач и оценке альтернатив будущий специалист должен учитывать рациональные и морально-этические критерии, моделируя и прогнозируя последствия принятых решений в интересах стабильного развития общества. Обучать этому важно в условиях вуза, где юноши и девушки, сталкиваясь с огромными объёмами информации, не всегда имеют необходимые знания и навыки, чтобы эффективно обработать полученные данные и отделить полезную информацию от вредной и даже опасной.

Перед современным образованием сегодня остро стоит проблема сохранения психологического и психического здоровья обучающихся в условиях слабо контролируемой информационной перегрузки и информационных атак деструктивного плана. Актуальной является задача создания и апробации модели развития информационной культуры обучающихся и студентов вузов [3].

Таким образом, анализ литературы показал, что проблема информационного потребления и психогигиены, особенно в студенческой среде, представляет научный интерес и перспективу для развития. Представляется актуальным и перспективным изучение информационного потребления у студентов различных профессиональных направлений, а также проверка предположения о наличии взаимосвязи и взаимовлиянии особенностей информационной культуры студентов и их эмоционального состояния и ценностных ориентаций.

### **Список использованных источников**

1. Андреева Е.В. Тенденции, сопровождающие развитие общества потребления в XXI в. // Дискурс-Пи. 2010. Т.9, №1-2. С. 149-151.
2. Гришина А.В., Волкова Е.Н. Структура субъектности подростков с разным уровнем игровой компьютерной зависимости // Вестник Мининского университета. 2018. Т.6, №1(22). URL: <https://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/download/763/654> (дата обращения: 26.04.2020)
3. Грязнова Е.В. Модель информационной культуры управления образованием муниципалитета: предупреждение рисков неэффективного использования достижений информатизации // Вестник Мининского университета. 2018. Т.6, №2(23). URL: <https://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/view/821> (дата обращения: 26.04.2020)
4. Егоров А.Ю. Нехимические зависимости. СПб.: Речь, 2007. 86 с.
5. Елистратова Н.Н. Информационная культура как критерий информатизации высшего образования в современных условиях реформирования // Современные научные исследования и инновации. 2012. № 7. URL: <http://web.snauka.ru/issues/2012/07/15770> (дата обращения: 02.04.2020).
6. Еремин А.Л. Информационная гигиена // Вестник Восточно-Сибирской открытой академии. 2017. №24. URL: <https://vsoa.esrae.ru/190-1017> (дата обращения: 20.04.2020)
7. Ефименко О.А. Информационная культура специалиста как педагогическая категория // Вестник Таганрогского института имени А.П. Чехова. 2007. №2. С. 153-156.
8. Коцур Н.И. Сохранение психического здоровья школьников: психолого-педагогическое исследование // Естественно-гуманитарные исследования. 2013. №2. С.100-104.

9. Крамаренко Н.С. Исследование субъектных характеристик в процессе самоосуществления человека в условиях «двойственности» современного мира // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2013. № 3-4. С. 41-51.
10. Курбанова Л.М. «Человек информационный» как агент социализации в информационном пространстве региона (на материале исследований студенческой молодежи хабаровских вузов): автореф. дис. ... канд. соц. наук. Хабаровск, 2013. 136 с.
11. Никитина А.А., Рытова К.Э. К вопросу о влиянии электронных гаджетов на интеллектуально-волевую готовность к школе старших дошкольников // Нижегородский психологический альманах (электронный научный журнал). 2019. №1. URL: <http://psykaf417.esrae.ru/pdf/2019/1/211.pdf> (дата обращения: 25.04.2020)
12. Потребление как коммуникация – 2009: Материалы V международной конференции / Под ред. В.И. Ильина, В.В. Козловского (26–27 июня 2009 г.). – СПб.: Интерсоцис, 2009. 254 с.
13. Сидорова Т.В. Значение социальной зоркости как информационно-социального фильтра // Проблемы и перспективы развития образования в России. 2013. №21. С. 111-115.
14. Социальная психология в современном мире / Под ред. Г.М. Андреевой, А.И. Донцова. М.: Аспект Пресс, 2002. 335 с.
15. Таланов С.Л. Влияние социальных сетей на успеваемость студентов // Социально-политические исследования. 2019. № 3. С. 87–105. DOI: <https://doi.org/10.24411/2658-428X-2019-10514> (дата обращения: 02.04.2020).
16. Профессионально-педагогическое образование: состояние и перспективы: материалы межвузовской студенческой (20.04.2018 г.) и международной (26.04.2018 г.) научно-практических конференций / под ред. Ф.Н. Алипхановой. Москва; Берлин: Директ-Медиа, Махачкала, 2018. 385 с.
17. Тоффлер Э. Третья волна. М.: Издательство АСТ, 2004. 261 с.
18. Хайбулаев М.Х., Исламова С.Х. Структура и компоненты информационной культуры школьников // Известия ДГПУ. Психолого-педагогические науки. 2015. №2 (31). С. 68-73.
19. Young K.S., Rodgers, R. The relationship between depression and Internet // CyberPsychology & Behavior. 1998. №1(1). pp. 25-28.

## References

1. Andreeva E.V. Trends accompanying the development of a consumer society in the 21st century. *Diskurs-Pi zhurnal*, 2010, vol. 9, no 1-2, pp. 149-151. (in Russ.).

2. Grishina A.V., Volkova E.N. The subjectivity structure of adolescents with different levels of gaming computer addiction. *Vestnik Mininskogo universiteta*, 2018, vol. 6, no 1(22). Available at: <https://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/download/763/654> (accessed: 26.04.2020) (in Russ.).
3. Gryaznova E.V. The information culture model of the education management of the municipality: prevention of the risks of inefficient use of the achievements of informatization. *Vestnik Mininskogo universiteta*, 2018, vol.6, no 2(23). Available at: <https://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/view/821> (accessed: 26.04.2020). (in Russ.).
4. Egorov A.Yu. Non-chemical addictions. Saint-Petersburg, Rech' Publ., 2007. 86 p. (in Russian).
5. Elistratova N.N. Information culture as a criterion for the informatization of higher education in modern conditions of reform. *Sovremennye nauchnye issledovaniya i innovatsii*, 2012, no 7. Available at: <http://web.snauka.ru/issues/2012/07/15770> (accessed: 02.04.2020). (in Russ.).
6. Eremin A.L. Information hygiene. *Vestnik Vostochno-Sibirskoy otkrytoy akademii*, 2017, no 24. Available at: <http://vsoa.esrae.ru/190-1017> (accessed: 20.04.2020). (in Russ.).
7. Efimenko O.A. Information culture of a specialist as a pedagogical category. *Vestnik Taganrogskego instituta imeni A.P. Chekhova*, 2007, no 2, pp. 153-156. (in Russ.).
8. Kotsur N.I. Preservation of the mental health of schoolchildren: psychological and pedagogical research. *Estestvenno-gumanitarnye issledovaniya*, 2013, no 2, pp. 100-104. (in Russ.).
9. Kramarenko N.S. The study of subjective characteristics of the human self-realization process in the conditions of the modern world "duality". *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya*, 2013, no 3-4, pp. 41-51. (in Russ.).
10. Kurbanova L.M. «Homo Information» as an agent of socialization in the information space of a region (based on studies of students of Khabarovsk universities). Dr. soc. sci. diss. Khabarovsk, 2013. 136 p. (in Russ.).
11. Nikitina A.A., Rytova K.E. To the question of the influence of electronic gadgets on the intellectual-volitional readiness for school of senior preschool children. *Nizhegorodskiy psikhologicheskiy al'manakh*, 2019, no 1. Available at: <http://psykaf417.esrae.ru/pdf/2019/1/211.pdf> (accessed: 25.04.2020). (in Russ.).
12. Consumption as Communication – 2009: Materials of the 5th International Conference (June, 26–27, 2009) / Ed. V.I. Il'in, V.V. Kozlovskyy. Saint-Petersburg, Intersotsis Publ., 2009. 254 p. (in Russ.).
13. Sidorova T.V. The value of social vigilance as an information-social filter. *Problemy i perspektivy razvitiya obrazovaniya v Rossii*, 2013, no 21, pp. 111-115. (in Russ.).
14. Social psychology in the modern world. Ed. G.M. Andreeva, A.I. Dontsov, Moskow, Aspekt Press Publ., 2002. 335 p. (in Russ.).

15. Talanov S.L. The influence of social networks on student performance. *Sotsial'no-politicheskie issledovaniya*, 2019, no 3, pp. 87–105. DOI: <https://doi.org/10.24411/2658-428X-2019-10514> (accessed: 02.04.2020). (in Russ.).
16. Professional and pedagogical education: state and prospects: materials of inter-university student (April 20, 2018) and international (April 26, 2018) scientific and practical conferences. Ed. F.N. Alipkhanova. Moscow; Berlin, Direkt-Media Publ, 2018. 385 p. (in Russ.).
17. Toffler E. The third wave. Moscow, АСТ Publ., 2004. 261 p. (in Russ.).
18. Khaybulaev M.Kh., Islamova S.Kh. The structure and components of the information culture of schoolchildren. *Izvestiya DGPU. Psikhologo-pedagogicheskie nauki*, 2015, no 2 (31), pp. 68-73. (in Russ.).
19. Young K.S., Rodgers, R. The relationship between depression and Internet. *CyberPsychology & Behavior*, 1998, no 1(1), pp. 25-28.

---

*Суворова Ольга Вениаминовна, доктор психологических наук, профессор, Академия права и управления Федеральной службы исполнения наказаний России, Рязань, Российская Федерация, e-mail: [olgavenn@yandex.ru](mailto:olgavenn@yandex.ru)*

*Кухарев Артем Станиславович магистрант, Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина (Мининский университет), Нижний Новгород, Российская Федерация, e-mail: [acrus.malicious@gmail.com](mailto:acrus.malicious@gmail.com)*

---

*Suvorova Olga Veniaminovna, doctor of psychology, professor, The Academy of Law Management of the Federal Penitentiary Service of Russia, Ryazan, Russian Federation, e-mail: [olgavenn@yandex.ru](mailto:olgavenn@yandex.ru)*

*Kukharev Artyom Stanislavovich master student, Minin Nizhny Novgorod State Pedagogical University (Minin University), Nizhny Novgorod, Russian Federation, e-mail: [acrus.malicious@gmail.com](mailto:acrus.malicious@gmail.com)*

---