

ВЛИЯНИЕ ИНФОРМАЦИОННОГО ЗАГРЯЗНЕНИЯ НА КОНЦЕНТРАЦИЮ ВНИМАНИЯ ЛЮДЕЙ С РАЗЛИЧНОЙ ОСНОВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ

Шакаль В.В., студент

Научный руководитель Сидорская Н.В.

*Белорусский государственный университет иностранных языков,
Беларусь*

В статье рассматривается влияние информационного загрязнения на концентрацию внимания людей с различной основной деятельностью, с фокусом на студенческую аудиторию и их родителей. Исследование базируется на сравнительном анализе привычек потребления информации студентами и их родителями, а также на результатах опросов, проведенных среди обеих групп. Уделено внимание тому, как различия в основном виде деятельности (учеба и работа) сказываются на способности к концентрации и управлению вниманием. Статья обращает внимание на необходимость разработки стратегий для улучшения качества жизни и повышения эффективности работы с информацией.

Ключевые слова: информационное загрязнение, концентрация внимания, студенты, родители, основная деятельность, когнитивная нагрузка, информационная перегрузка.

В современном мире люди потребляют информацию из разных источников и в разных формах, например, в деловом общении и неформальном, в устной и письменной форме, в цифровом и напечатанном виде [1]. Развитие технологий и доступности информации для каждого человека привели к появлению такого явления, как информационное загрязнение, влияние которого может проявляться в психической утомляемости, стрессе, невозможности сконцентрироваться, ошибках в принятии решений и снижении работоспособности. Все это является неотъемлемой частью нашей жизни, что делает изучение влияния информационного загрязнения актуальной темой для исследований. Данная статья посвящена исследованию влияния информационного загрязнения на концентрацию людей с различной основной деятельностью. Задача исследования – выявить, наблюдают ли студенты и их родители влияние потока информации на концентрацию своего внимания во время учебы либо работы.

Информационное загрязнение – это распространение негармоничной, хаотичной, разрушительной информации, которая действует на людей главным образом через зрительные и слуховые органы. Этот вид загрязнения затрудняет поиск полезной информации и перегружает внимание человека. В статье Т. Рахфалла [1] упоминается, что многие люди называют

информационное загрязнение информационной перегруженностью, но из-за распространенности влияния данного явления в различных сферах жизни человека и общества существуют и другие названия: «Информационный поток, информационный смог, сенсорная перегрузка, информационный взрыв, когнитивная перегрузка, информационная нагрузка, информационный избыток, перегрузка знаниями, перегрузка данными, взрыв данных, когнитивная нагрузка». В работе Дж. Бьюкенена и Н. Кока [2] был использован еще один термин – «синдром информационной усталости». Исследование Э. Офира, К. Нассба и Э. Д. Вагнерца [3] было направлено на экспериментальное сравнение когнитивных способностей людей с высоким и умеренным уровнями многозадачности («heavy media multitaskers» и «light media multitaskers» соответственно), которое выявило, что «люди, активно использующие различные медиаресурсы, более восприимчивы к помехам от посторонних внешних стимулов и от неуместных представлений в памяти». М. Пренски в своей статье [4] представил два термина: «цифровые аборигены» и «цифровые иммигранты». Первые были рождены в цифровую эпоху и являются «носителями цифрового языка компьютеров, видеоигр и Интернета», а вторые – «находятся в процессе изучения нового языка», сохраняя старый акцент.

В ходе исследования основным методом сбора эмпирических данных выступило онлайн-анкетирование среди студентов первого курса факультета английского языка Белорусского государственного университета иностранных языков и их родителей. Опрос проходил онлайн и состоял из семи вопросов с предоставленными ответами. Выборка составила 10 ответов студентов и 10 ответов родителей.

С помощью количественного частотного анализа было выявлено, что 50% студентов ежедневно проводят в телефоне от 6 до 8 часов, в то время как 50% родителей тратят на это менее 2 часов. Ответы на второй вопрос анкетирования показали, что студенты либо иногда (50%), либо очень часто (50%) проверяют телефон во время учебы и выполнения домашних заданий. Ответы родителей оказались более разнообразными: 40% респондентов очень часто переключают свое внимание на телефон во время выполнения рабочих задач, а 40% – редко, 20% – иногда. На вопрос «трудно ли вам концентрироваться на учебных заданиях/работе» большинство студентов ответили «иногда» (60%), родители – «иногда» (40%), «редко» (30%), «нет» (30%). Интересно, что половина студентов, принявших участие в опросе, считают, что социальные сети и Интернет сильно отвлекают их от учебы, в то время как 30% ответили «почти нет». Среди родителей 50% в этом же вопросе проголосовали за «почти нет», а 20% – за «совсем нет». Наконец, большинство студентов (60%) пытаются ограничить использование телефона

во время учебы и им это помогает, тогда как большинство родителей (80%) никогда не пробовали сделать этого.

Участникам анкетирования был задан вопрос «Какие источники информации чаще всего вызывают у вас чувство перенасыщения или усталости?», где у них была возможность вписать свои ответы. Анализ ответов показал, что для родителей это новости и медиа, а для студентов – социальные сети, мессенджеры (чаты, уведомления), учебная нагрузка, а также бесконечные, бессмысленные разговоры. На основе полученных данных можно сделать вывод, что концентрация внимания у студентов больше подвержена влиянию информационного потока во время учебы. Возможно, это так, потому что они относятся к «цифровым аборигенам», а родители – к «цифровым иммигрантам» [3], на что также указывает их экранное время. Было отмечено отрицательное влияние социальных сетей и Интернета на концентрацию у студентов, что свойственно людям с высоким уровнем многозадачности [2], родителям же удается оставаться сфокусированным на рабочих задачах – умеренный уровень многозадачности.

В дальнейшем данное исследование может быть продолжено с целью выявления более конкретных сходств и отличий во влиянии информационного загрязнения на разные поколения, возраста, разные сферы деятельности, а также нахождение, сравнение и уточнение уже существующих способов борьбы с информационной нагрузкой.

Литература:

1. Rachfall, Th. The impact of Information Overload on individual stress feelings of management accountants / Th. Rachfall, D. Forster-Trallo, E. A. Williamson, B. Temple // Conf. Bud. – 2015. – URL: https://www.researchgate.net/publication/297174416_The_impact_of_Information_Overload_on_individual_stress_feelings_of_management_accountants (дата обращения: 14.03.2026)

2. Buchanan, J. Information Overload: A Decision Making Perspective / J. Buchanan, N. Kock // Ec. and Math. Syst. – 2001. – URL: https://www.researchgate.net/publication/278651352_Information_Overload_A_Decision_Making_Perspective (дата обращения: 15.03.2026)

3. Ophir, E. Cognitive control in media multitaskers / E. Ophir, C. Nass, A. D. Wagner // Ph. and Cong. Sc. – 2009. – URL: <https://www.pnas.org/doi/epdf/10.1073/pnas.0903620106> (дата обращения: 21.03.2026)

4. Prensky, M. Digital Natives, Digital Immigrants Part 1 / M. Prensky // Em. Ins. – 2009. – URL: https://cddoc.uc.cl/wp-content/uploads/2020/03/Digital_Natives_Digital_Immigrants.pdf (дата обращения: 21.03.2026)