

Шерешкова І. І.

*ад'юнкт кафедри морально-психологічного забезпечення
діяльності військ (сил),*

*Гуманітарний інститут Національного університету оборони України
імені Івана Черняховського*

ЧИННИКИ ІНФОРМАЦІЙНОГО СТРЕСУ У ВІЙСЬКОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Інформаційна епоха є принципово новим етапом розвитку цивілізації, що характеризується новими якісними особливостями, порівняно з попередніми періодами історії людства. Ця епоха вимагає безперервного інформаційного зв'язку із навколишнім світом, адаптація до якого здійснює негативний та інтенсивний тиск на всі компоненти психіки особистості, відображаючись на емоційному, когнітивному та діяльнісному рівнях на тлі низького рівня інформаційної культури та несформованості механізмів соціально-психологічної регуляції в умовах цифрового суспільства.

Крім цього, сучасний світ характеризується тенденцією до спрощення жорстко алгоритмізованих функцій спеціалістів різних сфер, але водночас зростає кількість можливих проблемних ситуацій та темп роботи, підвищується професійна та особистісна значущість та відповідальність за результати та наслідки діяльності. Поза професійною діяльністю людина також відчуває постійну свою приналежність до інформаційного простору з активним залученням до нього.

Сприйняття людиною будь-якої інформації ніколи не буває чисто пасивним і споглядальним актом. Будь-який акт пізнання людиною навколишнього можливий лише завдяки складній психічній діяльності, що сприяє злиттю нової інформації з уже засвоєною. Але це злиття залежить від світогляду, життєвого досвіду і змістовності нової інформації, що може сприйматися людиною або, навпаки, викликати протистояння їй [6, ст. 229].

Умови виникнення стресу, стрес-чинники та реагування на стрес відрізняються у кожної людини та є продуктом мислення та оцінки ситуації, знання власних можливостей (ресурсів), ступеню володіння способами реагування та управління [1; 7].

Тобто психологічна специфіка стану інформаційного стресу полягає в його залежності не тільки від зовнішніх впливів, хоча вони і повинні бути досить сильними для людини, а й від особистісного сенсу мети

діяльності, оцінки ситуації, в якій він перебуває, а також його індивідуально-психологічних якостей.

Інформаційне середовище є тим засобом, за допомогою якого суспільство транслює людині норми, цінності, установки та стереотипи поведінки. Адекватність, повнота інформаційних впливів на свідомість забезпечують образ реальності, когнітивну модель світу та ситуації, розуміння себе та власних можливостей.

Проте, трапляються випадки, коли інформація, яка за своєю сутністю не відповідає моральним нормам, є маніпулятивною та робить особистість залежною від її споживання. Ці процеси супроводжуються негативними емоціями, перенапругою фізичних та психічних функцій, деструкцією діяльності та опосередковується різними видами психологічного стресу – особистісним, міжособистісним, сімейним, професійним тощо. Однак, будь-який різновид психологічного стресу є у своїй основі інформаційним, тобто джерелом його розвитку є зовнішні повідомлення, інформація про поточний (реальний) або передбачуваний, ймовірний, можливий вплив несприятливих подій, їхню загрозу або «внутрішня» інформація у формі минулого досвіду, який виринає з пам'яті у вигляді відомостей про травмуючі психіку події, ситуації та їхні наслідки [1, с. 33].

Інформаційний стрес – це стан інформаційного перевантаження, коли суб'єкт (людина, суспільство) не справляється з поставленим завданням, не встигає приймати правильні рішення в необхідному темпі, будучи відповідальним за наслідки останніх [4, с. 21].

В основі інформаційного стресу є порушення інформаційно-когнітивних процесів регуляції діяльності. Тому всі життєві події, які супроводжуються психічною напруженістю, можуть бути джерелом інформаційного стресу і впливають на діяльність особистості [5, с. 206].

С.А. Разумов розділив стресори, які безпосередньо чи опосередковано беруть участь у формуванні стресової реакції у людини, на чотири групи [1, с. 47]:

– стресори активної діяльності:

а) екстремальні стресори (бої, польоти, підводне занурення, розмінування тощо);

б) виробничі стресори (пов'язані із великою відповідальністю, дефіцитом часу);

в) стресори психосоціальної мотивації (змагання, іспити).

– стресори оцінок (оцінка майбутньої, нинішньої або минулої діяльності):

а) «старт»-стресори і стресори пам'яті (майбутні змагання, спогад про пережите горе, очікування загрози);

б) перемог і поразок;

в) видовищ.

– стресори неузгодженості діяльності:

а) роз'єднання (конфлікти в родині, на роботі, загроза, несподіваність);

б) психосоціальних і фізіологічних обмежень (сенсорна депривація, м'язова депривація, голод тощо).

– фізичні та природні стресори (мускульні навантаження, травми, темрява, сильні звуки, висота, спека, землетрус).

Військове середовище вирізняється наявністю усіх перелічених чинників, які детермінуються наявністю екстремальних впливів організаційних, соціальних, екологічних та технічних особливостей військової діяльності. В основі інформаційного стресу, що опосередкований військовим середовищем, є порушення інформаційно-когнітивних процесів регуляції діяльності. Крім стрес-чинників саме військового середовища, на його суб'єктів також здійснюють безпосередній вплив частота та тривалість споживання соціально-шкідливої інформації, довготривалий дефіцит високо значущої інформації та довготривале обмеження доступу до потрібної інформації, а через виконання завдань за призначенням великий об'єм необхідної інформації може засвоюватись набагато повільніше через брак часу. Перелічені умови сприяють розвитку інформаційного стресу суб'єктів військового середовища.

В умовах тривалого інформаційного впливу (інформаційного стресу), що перевищує допустиму для конкретної людини межу, розвивається інформаційне перенавантаження, що може призвести до стомлення нервових центрів, позамежного гальмування нервової системи, ортодоксальних реакцій на подразники. У цьому випадку спостерігається послаблення опірності організму, порушення нормальних фізіологічних функцій, зниження працездатності, виникнення почуття безпорадності та сугестивності [3, с. 23].

Тобто ситуація оцінюється як загрозна у випадку, коли особистість не може контролювати подію через брак інформації про часові, просторові та змістовні характеристики явища.

Психіка людини може тривалий час перебувати в небезпечних умовах, що викликані сукупністю таких чинників: певним обсягом інформації, чинником часу, рівнем мотивації. Збіг цих трьох чинників може бути шкідливим в двох випадках: по-перше, якщо необхідно опрацювати великий обсяг інформації при значному дефіциті часу, відведеного для роботи мозку; по-друге, має місце дефіцит інформації впродовж тривалого часу, а мотивація поведінки в обох випадках є дуже

високою. Тривала робота в умовах несприятливого поєднання цієї тріади має патогенне значення: відбуваються порушення короткочасної та довгострокової видів пам'яті, емоцій, циклу «сон – бадьорість», порушення регуляції серцево-судинних функцій, дихання та інших систем [2, с. 176].

Отже, розвиток інформаційного стресу у суб'єкта військового середовища пов'язаний не тільки з особливостями його службової діяльності, але й з різними подіями в його житті, з різними сферами його життя, спілкування, пізнання навколишнього світу. Визначення причин інформаційного стресу суб'єкта військового середовища необхідно здійснювати із урахуванням особливостей впливу будь-яких життєвих подій, які можуть бути джерелом стресу.

Список використаних джерел:

1. Бодров В.А. Информационный стресс: Учебное пособие для вузов. – М. : ПЕР СЭ, 2000. – 352 с.
2. Бодров В.А. Психология и надежность: человек в системах управления техникой / В.А. Бодров, В.Л. Орлов – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 1998. – 288 с.
3. Грачев Г.В., Мельник И.К. Манипулирование личностью: Организация, способы и технологии информационно-психологического воздействия. Издание второе, исправленное и дополненное. Москва : Алгоритм, 2002. 28 с.
4. Дзьобань О.П., Мануйлов Є.М. Сучасне суспільство як суспільство з деформованою відповідальністю (за працею З. Баумана «Індивідуалізоване суспільство») // Вісник Національного університету «Юридична академія України імені Ярослава Мудрого» ; редкол. : А.П. Гетьман та ін. – Х. : Право, 2016. – № 4 (31). – С. 14-26. – (Серія : Філософія).
5. Магда Є.В. Гібридна війна: вижити і перемогти / Є. В. Магда.– Харків: Віват, 2015. – 302 с.
6. Панченко О.А. Людська психіка в інформаційній небезпеці. Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Державне управління, Том 31 (70) № 3 2020, С. 226-233.
7. Петрик В.М., Ліщинська О.А., Кальниш В.В. та ін. Соціально-правові основи інформаційної безпеки: Навчальний посібник. – К., 2006. – 263 с.