

## ПРОБЛЕМА ПЕРЕДОЗУВАННЯ ІНФОРМАЦІЄЮ ДІТЕЙ І ПІДЛІТКІВ

### THE PROBLEM OF THE INFORMATION OVERDOSAGE OF CHILDREN AND ADOLESCENTS

*Стаття присвячена аналізу і розгляду проблеми передозування інформацією дітей і підлітків, що виникає в разі необмеженого доступу до різноманітних інформаційних джерел.*

*З реальністю людина зв'язана за допомогою своїх органів чуття: слуху, зору, нюху, смаку, дотику. Обробка інформації мозком відбувається постійно.*

*Зараз, у час пандемії, доступність інформації з інтернету стала необхідною умовою дистанційного навчання. Сучасним дітям доводиться користуватися мобільним телефоном, планшетом, комп'ютером. Їм потрібно вміти використовувати різноманітну цифрову техніку, вивчати програми, які постійно змінюються, оновлюються.*

*Схоже, що діти і підлітки часом створюють собі безладне отримування несистематизованої інформації з певною метою. Іноді для того, щоб відкласти виконання якоїсь заданої роботи, імітуючи активну діяльність. Молоді складно впротиставити зі шквалом інформації і звичкою не думати самостійно, а шукати підказки в інтернеті.*

*Засоби масової інформації задають напрям розвитку світогляду дитини і реклама, якою вони насичені, бере активну участь у цьому процесі. Варто звернути увагу на те, що зчитування і запам'ятовування нової інформації не є творчим процесом. Перевантажують саме нова інформація, вона найбільше стомлює, а не повторення раніше почутої.*

*Очевидно, що передозування інформацією шкідливе, як і всяке інше передозування. Чи є можливість дозувати отримування інформації? Адже безпечна доза в кожного різна і швидкість опрацювання нових відомостей індивідуальна.*

*Засоби масової інформації стали необхідною складовою частиною суспільства. Величезна кількість інформації, яка нам доступна в сучасному світі, – це добре. Особливо це важливо для країн, які пережили тоталітарні режими. Вільний інформаційний простір дозволяє суспільству існувати в демократії.*

*Діти відкриті до нового, готові все випробувати, з усім поекспериментувати. Але вони не можуть розрахувати свої сили, тому потребують допомоги старших.*

**Ключові слова:** інформація, кількість нової інформації, діти і підлітки, обробка отриманої інформації, класифікація інформації, вплив засобів масової інформації, інформація інтернету.

*The article is devoted to the analysis and consideration of the problem of the children and adolescents information overdose, which arises with unlimited access to various information sources. Man is connected with reality by means of his senses: hearing, sight, smell, taste, touch. The brain processes information all the time.*

*Now, during the pandemic time, the availability of information from the Internet has become a necessary condition for distance learning. Modern children are required to use a mobile phone, tablet, computer. They need to be able to use a variety of digital technology, to study programs that are constantly changing, updated.*

*It seems that children and adolescents sometimes make a mess of receiving unorganized information for a specific purpose. Sometimes it is for postponement of a given job by simulating active activities.*

*It is difficult for young people to cope with the huge amount of information and the habit of not thinking by themselves, but looking for tips on the Internet.*

*The mass media set the direction of the child's worldview. Advertising, which is filled with the media, is actively involved in this process. It is worth emphasizing that reading and memorizing new information is not a creative process. Overloaded with just new information, it is most tiring, not a repetition of previously heard. The new information is guilty in overloads and it is the more tiring, unlike the repetition of the already known information.*

*Obviously, information overdose is as harmful as any other overdose. Is it possible to dose the received information? Especially considering that the safe dose is different for everyone and the speed of processing new information is individual.*

*The media has become a necessary part of society. The vast amount of information available to us in today's world and it's good. This is especially true of countries that have survived totalitarian regimes. It is especially important for countries that have survived from totalitarian regimes. Free information space allows society to exist in a democracy.*

*Children are open to the all new, ready to try everything, to experiment with everything. But they can't estimate their strengths, so they need the help of their elders.*

**Key words:** information, amount of new information, children and adolescents, processing of received information, classification of information, influence of mass media, information of Internet.

УДК 37.0

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2021/42.3>

**Корнієнко Є.Г.,**

канд. фіз.-мат. наук,  
старший викладач кафедри загальної фізики  
Національного технічного університету  
України «Київський політехнічний  
інститут імені Ігоря Сікорського»

**Гордєєва О.В.,**

викладачка-методистка  
Київської дитячої художньої школи № 7

**Корнієнко В.І.,**

викладачка-методистка  
Київської дитячої художньої школи № 7

Отримання й оброблення отриманої інформації є необхідною умовою розвитку людини. Недоотримання інформації викликає неспокій. Що ж відбувається, коли інформації забагато? Організм не встигає її переосмислити. Індивідуум не занурюється глибоко в отриману дозу інформації, збирає тільки вершечки, виставлені для привертання уваги. На інше в нього немає часу, адже є ще велика кількість нової інформації, з якою він учинить аналогічно.

К. Гальфар пише, що той світ, який ми сприймаємо органами чуття, за своїм характером дуже обмежений. Наші чуття – це наші вікна у світ, але це лише крихітні ілюмінатори, які виходять на величезне море п'їтьми. Протягом мільйонів років для розуміння того, що ми називаємо реальністю, у нас у розпорядженні були тільки органи чуття. Але зараз уже не так. Зараз можемо сягнути далі, за межі можливостей наших органів чуття. І там, за межами, реальність стає інакшою [1, с. 99].

З реальністю людина пов'язана за допомогою своїх органів чуття: слуху, зору, нюху, смаку, дотику. Обробка інформації мозком відбувається постійно. Відсутність надходження подразників до органів чуття викликає тривогу. Чутливість і діапазон сприйняття в кожного організму різні. Одним досить подиху вітру, а другим потрібно щоб аж ревіло. Тому дехто має завжди ввімкнені радіо чи телевізор. Іноді як тло вибирають музичні твори або читають, чи слухають аудіокниги. Так отримують інформацію у фоновому режимі. Водночас мозок може відпочивати, оскільки він не має наказу аналізувати отримуване. Варто зазначити, що відпочинковий інформаційний фон у кожного індивідуальний. Важливу роль відіграє ритм. Те саме одного може відновлювати, а іншого драгувати і стомлювати.

Інформація зчитується з довколишнього середовища завжди. Коли її отримують без зайвого зусилля для «релаксу», як-от: перегляд фільмів, слухання музики, огляд образотворчої виставки чи музею, читання художньої літератури чи щось таке, тоді особа відпочиває. Але як тільки виникає потреба зробити аналіз тієї ж самої інформації, її сприймання перестає бути відпочинком, стає роботою і викликає втому. На опрацювання того ж обсягу витрачається значно більше енергії тому, що потрібно мислити.

Людський організм насамперед реагує на зміну в отримуваній інформації, ніби вмикається, виходить із пасивного сприймання та сигналізує мозку, змушує звернути на це увагу. Наприклад, після шуму раптово стало тихо, або похолодало, змінився запах, відчувся рух повітря чи рух об'єктів у полі зору. Цією властивістю користуються рекламодавці, які створюють рекламу з динамічною складовою частиною. Від реклами нереально заховатися, вона довкола нас, переслідує на кожному кроці, насичена активною, нав'язливою інформацією. Часто учні починають говорити фразами реклами.

Т. Євтухова говорить про засоби масової інформації, що це певна система взаємопов'язаних елементів, що представлені телебаченням, радіомовленням, пресою, комп'ютерними мережами, за допомогою яких інформація поширюється на великі аудиторії. Комунікація як процес обміну осмисленими повідомленнями у знаковій формі – необхідний елемент соціального буття людини [2, с. 32].

Це справді так. Засоби масової інформації стали необхідною складовою частиною суспільства. Величезна кількість інформації, яка нам доступна в сучасному світі, – це добре. Особливо у країнах, які пережили тоталітарні режими. Вільний інформаційний простір дозволяє суспільству існувати в демократії.

Але неконтрольовані потоки інформації стомлюють, навіть якщо вони поступають у фоновому режимі. Наприклад у торговому центрі, магазині,

у місцях відпочинку. Організм виділяє і фіксує із цього потоку насамперед те, що потенційно може нести загрозу, потім те, що, можливо, може дати змогу продовження роду. Людський організм реагує на це підсвідомо. Це ті чинники, які необхідні для життєздатності виду. Таку властивість організму масово використовують медіа, які відповідними заголовками заманюють слухачів і глядачів на свої джерела в інтернеті, щоб збільшувати відвідуваність. Їм навіть не важливо, щоб інформацію отримали й осмислили, досить того, що зайшли до відповідного джерела в Мережі та було зафіксовано кількість відвідувачів.

Т. Євтухова вважає, що сучасну людину можна назвати «полезалежною» у розумінні її прив'язаності до медіасвіту, це насамперед стосується молодого покоління. Ситуація суспільної нестабільності, кризові процеси, які охоплюють як сферу матеріального, так і духовного, задають багатовекторність життєвих орієнтирів молоді, що загострює проблему визначення ціннісного підґрунтя життєздійснення. Найбільш чітко ця проблема окреслюється в підлітковому та юнацькому віці, оскільки саме ці вікові періоди є сенситивними щодо життєвого самовизначення особистості. Саме тому дослідження інформаційних можливостей сучасних ЗМІ у плані впливу на молодь є вельми актуальними передусім із практичного погляду [2, с. 33].

Зараз, у час пандемії, доступність інформації з інтернету стала необхідно умовою дистанційного навчання. Сучасним дітям доводиться користуватися мобільним телефоном, планшетом, комп'ютером. Їм потрібно вміти використовувати різноманітну цифрову техніку, вивчати програми, які постійно змінюються, оновлюються. Потрібно вміти користуватися інтернетом, вміти швидко шукати інформацію, відрізнити якісний контент від дезінформації, шахрайських сайтів. Потрібно знати ази інформаційної безпеки, щоб не стати жертвою збоченців, злочинців, шахраїв. Усі ці знання потрібно набувати і вдосконалювати на додачу до тих, що вивчають за програмою у школах. З одного боку, усі перелічені знання і навички потрібні, не можна нічого викреслити, з іншого боку, усе це припадає на одну дитину, її мозок може почуватися перевантаженим.

Т. Веретенко, М. Снітко звертають увагу на те, що інтернет досить сильно впливає на особистість та на процес формування її поведінки, а інформація в Мережі не досить організована та керована. Аналіз діяльності підлітків в інтернеті дозволяє відобразити її зміст у вигляді структури, яка включає в себе низку взаємопов'язаних компонентів: комунікаційний, ціннісний, пізнавальний та поведінковий [3, с. 36].

Очевидно, що передозування інформацією шкідливе, як і всяке інше передозування. Чи є можливість дозувати отримування інформації? До того

ж безпечна доза в кожного різна і швидкість опрацювання нових відомостей індивідуальна.

Схоже, що діти і підлітки часом створюють собі безладне отримання несистематизованої інформації з певною метою. Іноді для того, щоб відкласти виконання якоїсь заданої роботи, імітуючи активну діяльність. Готові робити що завгодно, тільки не те, чого не хочеться. Вимушені карантинні обмеження підштовхнули дітей і підлітків перенести спілкування з ровесниками з реальності в інтернет.

Т. Веретенко, М. Снітко відзначили, що задоволення потреби у спілкуванні, моральній підтримці – найважливіші потреби підлітків. Якщо вони не можуть задовольнити їх у реальному житті, то задовольняють їх у Мережі, яка дає їм можливість «втекти» від проблем, труднощів, що виникли на певному етапі соціалізації [3, с. 37].

Але підлітки з необмеженим інформаційним простором можуть не впоратися. Згадаємо залежність від соціальних мереж. Коли всі показують себе кращими, ніж є насправді. Коли все публічно, у багатьох підлітків розвиваються комплекси меншовартості, бо кожен себе бачить у реальному житті, а інших в тих образах, які вони створили собі в інтернет-просторі. Коли свої творчі роботи порівнюють із топовими і комплексують через це. Можуть бути й агресивні коментарі, боулінг, із якими психіці підлітка важко впоратись.

Інформація, яку отримують діти і підлітки, дуже різна. Здебільшого вона необхідна, щоб орієнтуватися в середовищі, суспільстві, своєму оточенні. Велику роль у цьому відіграють і засоби масової інформації.

Г. Лемко пише, що ЗМІ формують світогляд дитини; активізують пізнавальний інтерес; впливають на розвиток мовлення; сприяють духовно-моральному становленню; здійснюють естетичне виховання; допомагають у трудовому вихованні та профорієнтації [4, с. 61].

Із цим не посперечаєшся, це справді так. Вони задають напрям розвитку світогляду дитини, а реклама, якою насичені ЗМІ, бере активну участь у цьому процесі. Варто звернути увагу, що зчитування і запам'ятовування нової інформації не є творчим процесом. Перевантажує якраз нова інформація, вона найбільше стомлює, а не повторення раніше почутої.

Проблема сучасного суспільства, батьків та дітей у тому, що ніхто не знає межі, тому що треба навчитися здоровим відносинам з інформаційним простором. Оскільки інтернет став невід'ємною частиною нашого життя, зовсім його прибрати просто неможливо та непрактично в сучасних реаліях. Але це не означає, що із цим неможливо нічого зробити.

Г. Лещук визначає засоби масової інформації одним з основних чинників соціалізації, який покликаний у всьому цивілізованому світі регулювати та

забезпечувати основні права й обов'язки демократично вільної людини. Унаслідок науково-технічної революції засоби масової інформації увійшли буквально до кожного дому, вони здійснюють практично постійний вплив на учасників будь-якого суспільства [5, с. 78].

Проблемою є те, що більшість батьків, замість того щоб зайняти дитину, просто дають їй планшет чи смартфон, щоб вона їх не займала. Такий метод не дає дитині потрібних для розвитку альтернатив, адже головне – навчити її тому, що є веселощі й розваги за межами інтернету. Можна проводити час із дитиною, розвивати її хобі й інтереси, вивчити, що їй подобається, чим вона хоче займатись, так би мовити «торкнутись трави». Це не тільки допомагає розвитку дитини та дає батькам більше розуміти своїх власних дітей, а ще й робить їхні стосунки з інформаційним світом більш здоровими, оскільки в них є не менш цікава альтернатива.

Г. Лещук наголошує, що розвиток електронних систем породив абсолютно новий вигляд комунікації і самореалізації – віртуальну взаємодію людини із цікавими їй співрозмовниками, що дозволяє їй знайти однодумців і виразити себе у спілкуванні з ними, що особливо актуально для підлітків [5, с. 79].

Таке спілкування також є корисним, особливо під час карантину, але іноді воно є втечею від реальності, від невирішених проблем сьогодення. Також в інтернеті приваблює можливість легкого пошуку відповідей на різні питання. Непотрібно нічого запам'ятовувати, можна знайти будь-яку інформацію і показати, який ти розумний. Використання механічного перекладача тексту різними мовами значно розширює географію спілкування.

Д. Крат пише, що натеper об'єктивною закономірністю розвитку інформаційного суспільства є інтенсифікація інформаційних процесів. Ці процеси за допомогою засобів масової інформації можуть впливати як позитивно (пропаганда й поширення в житті суспільства високих культурних цінностей, виховання людей на зразках світової культури, що сприяють усебічному розвитку людини), так і негативно, призводячи до інформаційних перевантажень, що, у свою чергу, послаблює здатність мислити, міркувати [6, с. 242].

Молоді складно впоратися зі шквалом інформації, із звичкою не думати самому, а шукати підказки в інтернеті. Наприклад, у сучасних образотворчих конкурсах журі повинно бути готове перевіряти всі конкурсні роботи на плагіат. Бо дуже багато конкурсантів використовують ідеї із інтернету з надією, що вони найхитріші і можна видати чужу ідею за свою. Або ліниві: навіщо напружуватись, придумувати своє, переживати «муки» творчості, коли так просто задати пошук і вибрати вже готовий варіант. Дуже дивною стає

перерва у школі, коли всі учні не активні після уроку, а тихенько сидять у своїх телефонах. А не всі батьки вміють або вважають за потрібне ставити фільтри на гаджетах своїх дітей. Зараз необхідно підлітків навчати, для збереження їхнього психічного здоров'я, кіберграмотності. Тому що обмеження інтернет-доступності викликає агресію і недовіру до дорослого оточення, а навчання правильно, з користю користуватися доступністю інформації в цій ситуації найкраще.

Д. Крат бачить шлях уникнути негативного впливу засобів масової інформації на свідомість людини, зокрема психічні стани підлітків та розвиток їхньої особистості, – необхідно постійно тренувати критичне сприйняття будь-якої інформації, яка потрапляє в їхнє інформаційне поле. Критичне сприйняття формується та походить від критичного мислення людини [6, с. 244].

Таку ж думку висловлює Я. Шугайло, який вважає, що наслідки впливу ЗМІ на соціалізацію підлітків мають негативний характер лише в тих підлітків, ставлення яких до масмедіа є некритичним. Якщо ж підлітки ставляться до ЗМІ усвідомлено, то наслідки впливу останніх на їхню соціалізацію є переважно позитивними. Критичне ставлення до ЗМІ автор розглядає як активну, вибіркову позицію особистості, що передбачає наявність умінь аналізувати повідомлення ЗМІ, чітко визначати власне ставлення до повідомлень ЗМІ, зумовлює вольову регуляцію взаємодії із засобами масової інформації [7, с. 23].

Навчання кіберграмотності чудово допоможе як батькам, так і дітям. Не всі дорослі люди розуміють інтернет, багато тем і речей навколо нього все ще залишаються для більш старших поколінь не повністю зрозумілими. Діти та підлітки також не знають усього про віртуальний світ з огляду на свій вік та інколи дитячу наївність. Кіберграмотність сприятиме навчанню батьків, дітей та підлітків того, як зробити інтернет безпечним місцем.

О. Малоголова стверджує, що наукові дослідження свідчать про те, що підлітки не усвідомлюють або приховують розуміння реального негативного впливу сучасних гаджетів на власну поведінку, зміну у власному емоційно-психологічному стані після тривалого (або неконтрольованого за часом) перебування в цифровому світі. А також через погану поінформованість не розуміють причину виникнення тих чи інших психосоматичних порушень, які можуть бути зумовлені сформованою інтернет-залежністю [8, с. 90].

Багато батьків, незважаючи на те, що вони самі нерідко сидять у смартфонах, очікують того, що їхні діти не будуть так само засиджуватися в інтернеті, цим припускаються великої помилки. Ми часто інфантилізуємо дітей, думаємо, що вони не звернуть увагу на такі деталі, але це не так, адже дитина прекрасно бачить приклад дорослих.

О. Малоголова радить дотримуватися простих правил користування комп'ютером та сучасними пристроями, бо недотримання призводить до певних негативних наслідків. Так, відповідно до порад фахівців, 7–10-річні діти мають перебувати за комп'ютером не більше 45 хвилин на день, 11–13-річні – двічі на день по 45 хвилин, старші – тричі на день [8, с. 91].

Але цими порадами неможливо скористатися. Особливо зараз, в умовах дистанційного навчання, адже частина підручників у школярів доступні на планшети. Окрім того, дорослі не можуть увесь час контролювати дитину, забезпечену сучасним мобільним телефоном.

Було б добре відмовитися від реклами на продукції, розрахованій на дітей і підлітків та, за можливості, створити для них реальність більш комфортною, щоб у молоді не виникало бажання втекти від сьогодення.

І ця альтернатива не тільки розважила б дітей, але ще й допомогла б розвитку та дала провести час разом із сім'єю, а не з незнайомцями в інтернеті. Не треба забувати, що діти можуть вчитися не тільки зі слів дорослих, але й прикладу. Якщо в батьків здорові відносини з інтернет-простором, вони мають свої власні інтереси та хобі поза його межами, то дітям буде набагато легше навчитися робити так само.

Проблема перевантаження інформацією дуже актуальна. Діти відкриті до нового, готові все випробувати, з усім експериментувати. Але вони не можуть розрахувати свої сили, тому потребують допомоги старших. Окремо стає питання нової подачі «старої» інформації у школах, питання пошуку нових підходів до навчання, відходу від заучування. Готової відповіді немає і не може бути, оскільки ситуація нова, а результати будуть помітні через роки. Але стара система в нових умовах не працює так ефективно, як раніше. Причина цього – перевантаження.

#### БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Ґальфар К. Всесвіт на долоні. Подорож крізь простір, час та за їхні межі / пер. з англ. Т. Цимбала. Київ : Yakabo Publishing, 2017. 312 с.
2. Євтухова Т. Вплив засобів масової інформації на формування особистості як культурологічна проблема. *Духовність особистості: методологія, теорія і практика*. 2012. Вип. 4. С. 32–37.
3. Веретенко Т., Снітко М. Компонентнісний підхід до діяльності підлітків в Інтернет-мережі. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. 2010. № 84. С. 35–39.
4. Лемко Г. ЗМІ як засіб духовно-морального виховання підлітків. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія і педагогіка»*. 2012. Вип. 21. С. 59–63.
5. Лещук Г. Вплив засобів масової інформації на процес соціалізації підлітків. *Молодь і ринок*. 2014. № 3. С. 76–81.

6. Крат Д. Вплив засобів масової інформації на розвиток особистості у підлітковому віці. *Науковий часопис національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 12 «Психологічні науки»*. 2016. Вип. 4. С. 241–247.

7. Шугайло Я. Особливості впровадження педагогічної моделі подолання негативного впливу засобів масової інформації на процес соціалізації під-

літків. *ScienceRise. Pedagogical Education*. 2017. № 10. С. 23–28.

8. Малоголова О. Інтернет-залежність та її вплив на підлітків. *Актуальні проблеми психології*: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Харків, 2019. Т. I : Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. 2019. Вип. 54. С. 89–95.