

---

---

Профілактика виробничого травматизму, культура та психологія праці

УДК 371.715.316.6

ПРОВІДНІ АСПЕКТИ ІНФОРМАЦІЙНОГО  
ПЕРЕВАНТАЖЕННЯ СУЧАСНОЇ ЛЮДИНИ.

*Бучина Т.В.*

*Телегіна Г.В., кафедра промислової безпеки та охорони праці, доцент,  
канд. мед. наук.*

Львівський державний університет безпеки життєдіяльності

У другій половині ХХ століття з початком переходу розвинених країн світу до інформаційного суспільства проявляються негативні сторони процесу перевантаження людини: кількість поступаючої необхідної інформації перевершує об'єктивні енерго-інформаційні можливості її сприйняття людиною (1). Інформаційне перевантаження перешкоджає нормальній життєдіяльності людини. Це проявляється у соціальній поведінці: людина часто запізнюється; втрачає творчі підходи до вирішення проблем; працює довше, але менш продуктивно; усамітнюється і уникає спілкування з колегами; втрачає задоволення від розваг і прагнення до відновлення здоров'я; позбавляється почуття гумору; виникає підвищена дратівливість на роботі і вдома, відчуття збентеженості і безсилля. Людина не здатна концентрувати увагу, стає надто підозрілою і водночас парадоксально довірливою (біполярні порушення), набуває менталітету жертви; цинічно та з осудом ставиться до оточуючих. Згодом порушується сон; підвищується сприйнятливість до інфекційних захворювань; прогресує відчуття втоми, виснаження, що призводить до порушення психічного і соматичного здоров'я. Інформаційний тиск на сучасного учня, студента (а надалі на молодого фахівця) посилюється з кожним днем (2). Дана проблема нервового перевантаження школярів стала вже наприкінці в ХІХ ст. Поняття "шкільний невроз" давно й широко використовується в дитячій психіатрії розвинених країн. Стан здоров'я сучасних учнів називають катастрофічним. Фактори ризику, які сприяють цьому, – наступні: стресова тактика педагогічних впливів, невідповідність технологій і методик навчання віковим і функціональним можливостям дітей, інтенсифікація та нерациональна організація навчального процесу й роботи учня, необізнаність учителів і батьків з питань охорони здоров'я дітей (4,5,6,7). Лише 10% інноваційної діяльності педагогів спрямовані на розроб-

ку медично виправданих технологій навчання, а 90% – на розширення і поглиблення змісту освіти. В плані вирішення даної проблеми необхідно чітко визначати цілі ділової активності; – використовувати тільки необхідну інформацію; виділяти найістотнішу, – постійно відсіювати спам.

Необхідно підвищувати, розвивати високу інформаційну культуру, розробляти найраціональніші прийоми і методи управління інформацією, шукати способи розвантаження лівої півкулі мозку (вербально-логічної) і проводити частину життя в режимі домінування активності правої півкулі (просторово-образної).

Проблема перевантаження – це не тільки соціальна проблема, але і фізіологічна, і вона не менше небезпечна і глобальна, як відомий комплекс екологічних проблем. Існуючий досвід відповіді на інші великі виклики сучасності (забруднення середовища, енергетичні кризи та ін.) налаштовує на креативний пошук радикального рішення розглянутої проблеми. Водночас мусимо визнати, що існуючі емпіричні, експериментальні спроби перетворення ентузіастів педагогіки ще не привели до загального апгрейду у профілактиці інформаційно-зумовленої соціально- психологічної деструкції учнівського контингенту.

#### Література:

1. Тоффлер Э. Шок будущего. – М.: "Издательство АСТ", 2002.
2. Ушаков Г. К. Профилактика нервно-психических расстройств у детей. – М.: Знание, 1966.
3. Безруких М. М. Школьные факторы риска и здоровье детей // Педагогіка толерантності. – 1999. – № 3/4.
4. Степанова М. Скорость "конвейера" неприемлема для ребенка // Директор школи. Україна. – 2001. – №7.
5. Безруких М. М. Учение, вредное для здоровья? // Семья и школа. – 2001. – №4.
6. Курик М. Організувати навчання, не шкодячи здоров'ю дитини // Освіта України. – 2005. – 4 жовтня.
7. Виговська О. Професіоналізм учителя як гарант збереження його здоров'я // Директор школи, ліцею, гімназії. – 2005. – №2.
8. Алдер Г. Техника развития интеллекта. – СПб.: Питер, 2001.