

Секция «Психологическое консультирование и психотерапия: теоретические, исследовательские и прикладные аспекты»

## **Факторы информационного стресса в учебной деятельности студентов**

**Научный руководитель – Кочнев Вадим Арнольдович**

*Бухтиярова Алина Олеговна*

*Студент (магистр)*

Московский государственный областной университет, Москва, Россия

*E-mail: alinabuht@mail.ru*

Проблема информационного стресса и его детерминант занимает одно из центральных мест в современном обществе. Как показывают исследования отечественных психологов (А.В. Холмогоровой и В.В. Красновой-Гольевой, Ю.В. Щербатых и др.) тема информационного стресса в учебной деятельности в современном обществе является актуальной [13; 14]. Данная работа основана на результатах теоретического исследования в выпускной квалификационной работе А.О. Бухтияровой, выполняемой в рамках одного из приоритетных исследовательских проектов, реализуемых на кафедре психологического консультирования Московского государственного областного университета (МГОУ) - «Актуальные проблемы теории и практики консультативной психологии». Цель исследования: посредством теоретического и эмпирического исследований изучить личностные факторы информационного стресса у студентов-психологов в процессе их учебной деятельности для концептуализации психологического консультирования студентов-психологов с высоким уровнем информационного стресса, обусловленного учебной деятельностью. Объект: информационный стресс у студентов-психологов. Предмет: факторы информационного стресса у студентов-психологов в процессе учебной деятельности. Понятие информационного стресса (далее - инфостресса). Теоретический анализ различных источников, посвященных исследованию роли информации в жизни человека, а также проблеме инфостресса, позволяет утверждать, что информация занимает одно из ведущих мест в жизни современного человека, и в частности - в учебной деятельности студентов-психологов. Это касается как передаваемой, так и воспринимаемой студентами информации. Феномен инфостресса мало изучен отечественными психологами, отсутствует его однозначное определение в справочных изданиях. Авторами сформулировано рабочее определение инфостресса у студентов. Под информационным стрессом студентов понимается неспецифическая реакция их организма на воздействие информации (имеющей определенное содержание, характер), получаемой ими извне в рамках учебной деятельности [5; 6]. Критерии инфостресса. В настоящее время в отечественной психологии: 1) не представлена четкая операционализация понятия «информационный стресс»; 2) не существует четких критериев инфостресса. Проведенное авторами теоретическое исследование феномена инфостресса [5; 6] с помощью понятийной схемы описания психологического явления (предложена А.Я. Анцуповым и соавт.) [1] позволило выделить его основные критерии: внутриличностный стресс (вызванный ранее перенесённым стрессом, психотравмой); индивидуально-личностные характеристики (темперамент; акцентуации характера; тревожность; агрессия; полоролевая идентичность; копинг-стратегии; когнитивные механизмы; восприятие; эмоциональные характеристики; мотивационные аспекты); степень угрозы информации; объём информации (ее недостаток или переизбыток) [2; 3; 5; 6; 8; 10; 11; 12]. Личностные факторы инфостресса. По мнению В.А. Бодрова, именно личностные факторы играют ключевую роль в возникновении инфостресса [2]. Анализ работ зарубежных и отечественных специалистов позволил авторам выделить следующие личностные факторы инфостресса: внутриличностный стресс (вызванный ранее перенесённым стрессом, психотравмой); индивидуально-личностные характеристики (темперамент, акцентуации характера, тревожность,

агрессия, полоролевая идентичность, копинг-стратегии, когнитивные механизмы, восприятие); эмоциональные характеристики; мотивационные аспекты; степень угрозы информации, объём информации (недостаток информации или её переизбыток. Также авторами формулировано рабочее определение личностных факторов инфостресса - это индивидуально-личностные характеристики опыта студентов) [2; 3; 5; 6; 8; 10; 11; 12]. Учебные (образовательные) факторы инфостресса. На основании проведенного теоретического анализа материалов исследований отечественных специалистов, таких как Ю.В. Братчикова, Ю.М. Орлова, А.Б. Холмогорова и В.В. Краснова-Гольева, Ю.В. Щербатых [4; 9; 13; 14], авторами выделены следующие учебные факторы инфостресса у студентов: организационные составляющие (очная, очно-заочная, заочная форма обучения); психологические составляющие (воздействие преподавателя на студентов и воздействие всей группы на возникновение инфостресса у одного из студентов; специфическое отношение преподавателя к студенту); социально-психологические (характер взаимодействия с преподавателями и сокурсниками); усвоение учебного материала (точность/неточность объяснения задания преподавателем и возникновение инфостресса при его выполнении); качество информации («живое» обучение непосредственно в стенах ВУЗа или дистантное обучение на одной из Интернет-площадок). По мнению авторов, учебные факторы инфостресса - это факторы учебно-образовательной среды [7]. Выводы. 1. Выделены цель, объект, предмет исследования инфостресса. 2. Обозначено рабочее определение инфостресса. 3. Выявлены критерии инфостресса; личностные факторы инфостресса; учебные факторы инфостресса.

Литература. 1. Анцупов А.Я. и соавт. Проблемы психологического исследования. Указатель 1050 докторских диссертаций. 1935-2007 гг. / Под ред. проф. Анцупова А.Я. - М.: Студия «Этника», 2007. - 232 с. 2. Бодров В.А. Информационный стресс: Учебное пособие для вузов. - М.: ПЕР СЭ, 2000. - 352 с. 3. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. - М.: ПЕР СЭ, 2006. - 528 с. 4. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. - М.: Педагогика, 2006. 5. Бухтиярова А.О., Кочнев В.А. Информационный стресс как предмет психологического исследования (теоретический анализ). Россия и мир: развитие цивилизаций: уроки прошлого, угрозы будущего [Электронный ресурс]: Материалы X международной научно-практической конференции, Том 1. Часть 1, 2020.- С. 326 - 331. 6. Бухтиярова А.О., Кочнев В.А. Теоретические основы изучения информационного стресса. Актуальные проблемы теории и практики психологических, психолого-педагогических и педагогических исследований [Электронный ресурс]: Сборник трудов Международной научно-практической конференции «XV Левитовские чтения» (г. Москва, 15-16 апреля 2020 г.) : в 3 т. / ред. колл.: Т.С. Комарова (отв. ред.), Т.Н. Мельников, В.К. Виттенбек и др. - Электрон.текстовые дан. - М.: ИИУ МГОУ, 2020. - С. 257-263. 7. Бухтиярова А.О., Кочнев В.А. Система факторов информационного стресса у студентов-психологов как объект изучения консультативной психологии». Международная конференция «Актуальные проблемы психологического консультирования в эпоху цифровизации и социального взаимодействия». - М.: ИИУ МГОУ, 2020. - С.82-86. 8. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса. - СПб.: Питер, 2009. - 336 с. 9. Габай Т. В. Педагогическая психология : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Т. В. Габай. - 4-е изд., стер. - М. : Издательский центр «Академия», 2008 - 240 с. 10. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса. - М.: Наука, 1983. - 368 с. 11. Клинберг Т. Перегруженный мозг. - М.: Ломоносов, 2010. - 208 с. 12. Лазарус Р. Эмоциональный стресс. - М., 1970. - 209 с. 13. А.Б. Холмогорова и В.В. Краснова Краснова-Гольева. Социальная тревожность и студенческая дезадаптация [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование, 2011. № 1. URL: [https://psyjournals.ru/psyedu\\_ru/2011/n1/39944.shtml](https://psyjournals.ru/psyedu_ru/2011/n1/39944.shtml) (дата обращения - 27.01.2020 г.) 14. Ю.В. Щербатых. Психология стресса и методы коррекции. СПб.: Питер, 2006. - 256 с.