

ПРОБЛЕМА ИНФОРМАЦИОННОГО СТРЕССА В ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНАХ

УДК 159.9

Косарев Андрей Сергеевич

кандидат педагогических наук

доцент кафедры деятельности органов внутренних дел в особых условиях

Нижегородская академия МВД России

г. Нижний Новгород, Российская Федерация

andrei.kos1977@yandex.ru

Абдулханьянов Ильяс Абдулхаевич

слушатель факультета подготовки специалистов по расследованию экономических преступлений

Нижегородская академия МВД России

г. Нижний Новгород, Российская Федерация

abdulxann@gmail.com

Для цитирования:

Косарев А.С., Абдулханьянов И.А. Проблема информационного стресса в правоохранительных органах // Вестник Санкт-Петербургского военного института войск национальной гвардии. 2020. № 1 (10). С. 68–72. URL: <http://vestnik-spvi.ru/2020/03/016.pdf>

Аннотация. Статья посвящена исследованию состояния информационного стресса и его влиянию на сотрудников органов внутренних дел. На основе проведенного исследования с участием курсантов и слушателей Нижегородской академии МВД России были сделаны выводы о том, что признаки информационного стресса чаще проявляются у молодых сотрудников. Это обуславливает необходимость осуществления своевременной комплексной подготовки сотрудников ОВД по формированию у них соответствующей информационной компетентности.

Ключевые слова: информационный стресс, сотрудники ОВД, информационная перегрузка, последствия стресса, информационная культура сотрудников правоохранительных органов.

Современный человек, в складывающихся социальных условиях, находится в информационном потоке, который сопровождает его во всех сферах жизнедеятельности. Свершившаяся в последней четверти XX века очередная информационная революция сделала возможным информационный обмен в глобальных масштабах. Эти изменения уже привели к необратимым и качественным преобразованиям в сфере организации труда и производства, досуга, системах снабжения, маркетинга, потребления и ближайшие десятилетия активная фаза этих метаморфоз будет продолжаться [1, с. 25]. Информации стало так много, что психофизиологических ресурсов человека для ее переработки становится недостаточно. Отсутствие данной возможности провоцирует возникновение у человека состояния информационного стресса.

Понятие «стресс» применяется в различных областях знания: психологии, медицине, физиологии для обозначения большого круга состояний человека, появляющихся в результате внешних воздействий. Термин в научный оборот ввел американский психофизиолог Уолтер Кеннон, а отцом-основателем учения о стрессе является канадский патолог и эндокринолог Ганс Селье. В своей статье, опубликованной в 1936 г., он приводил данные об однотипных реакциях организма в

ответ на воздействие болезнетворных агентов. Изначально Г. Селье разработал идею общего адаптационного синдрома, который в дальнейшем именовал стрессом. В общем плане стресс есть неспецифический ответ организма на предъявленное ему требование. При нахождении человека на солнце, он начинает потеть, и испарение пота охлаждает наш организм, или, например, на холоде кровеносные сосуды сужаются, уменьшая тем самым потерю тепла с поверхности тела, это показывает, что чрезмерно высокая или низкая температура предъявляет требования к перестройке организма. Это раскрывает понятие «не специфичности» ответа организма, при любом требовании происходит адаптация к возникшей трудности.

С того времени проблема стресса получила широкое распространение и за последние 80 лет ей было посвящено сотни фундаментальных научных исследований. В настоящий момент под стрессом в самом общем виде понимается состояние перенапряжения, вызванное сверхсильным воздействием, требующее для адаптации к складывающейся ситуации активации всех защитно-приспособительных систем организма. Р. Лазарус подметил, что существует множество теорий и представлений о сущности стресса и всех его составляющих, однако большинство из

них противоречат друг другу, единой парадигмы в области изучения стресса не сформировано [2]. Неоднозначность интерпретации понятия, его обростание различными медико-биологическими, односторонними и субъективными психологическими представлениями, привело к тому, что ряд авторов стали предпочитать термин «психическая напряженность». Это понятие является более свободным от отрицательных ассоциаций и также связано с необходимостью изучения психологического функционирования человека в сложных условиях. В настоящее время большинство исследователей употребляют два этих термина как синонимы, и определяют их как особенность психических состояний в сложных условиях.

На сегодняшний день доказано, что стресс может оказывать позитивное воздействие на физиологическое развитие человека. Такой стресс называется эустресс (от греч. εὖ – «хороший»). При нем повышается функциональный резерв организма, мобилизуются внутренние силы, происходит более быстрая адаптация к стрессору и ликвидация негативных последствий. Он вызывает яркие положительные эмоции и делает человека более продуктивным и уверенным в себе. Это состояние является кратковременным и сопровождается бурным расходом поверхностных адаптирующих резервов. Эустресс «пробуждает» человека и позволяет использовать скрытый потенциал, который недоступен при дистрессе. Это может быть выражено в повышенной концентрации внимания на чем-либо, улучшении работы памяти и мышления, увеличении физической силы, творческом подъёме, собранности, желании действовать. Ярким примером тому может служить время экзаменационных сессий у курсантов (студентов), момент пресечения правонарушений и задержания сотрудниками полиции, лиц допустивших нарушения норм права или состояние спортсменов на соревнованиях. Последний пример в разное время описывался многими профессиональными спортсменами. Они говорили об особом состоянии психики во время соревнований. В спортивной психологии также употребляется термин «состояние потока». В таком состоянии спортсмен способен показать неожиданный для него самый результат, превышающий его ожидания.

Однако стоит помнить, что при эустрессе происходит перенасыщение гормонами и стадия «кульминации» проходит, то есть невозможно постоянно находиться в этом состоянии, так как это неминуемо приведёт к дистрессу и крайне негативным последствиям.

Неблагоприятный стресс, с которым и связаны основные негативные представления об этом явлении, называется дистресс (от англ. distress – «горе», «сильное недомогание», «истощение»). При данном виде стресса истощаются защитные

силы организма, что приводит к срыву механизмов адаптации и способствует возникновению различного рода заболеваний физического и психического характера. Дистресс представляет собой разрушительный процесс, дезорганизующий человека. Чаще всего он характеризуется длительностью и сложностью восстановительных процедур после него.

Сегодня все более распространенным видом дистресса становится информационный стресс. Как разновидность психологического, информационный стресс является результатом развития человечества и его перехода во второй половине XX века к информационному обществу.

В настоящий момент, несмотря на информационную насыщенность жизни человека, крайне мало фундаментальных научных исследований, посвященных теме информационного стресса. Наиболее авторитетной в этой области является монография В.А. Бодрова, однако иные имеющиеся разработки фрагментарны и носят несистемный характер, в то время как изучение данной проблемы должно иметь комплексный и современный подход.

Информационный стресс может стать пусковым механизмом в неблагоприятно развивающихся событиях, которые формируют чувство тревоги, функциональную напряженность на основе актуализации психического образа ситуации [3].

Информационный стресс – психогенное напряжение, возникающее в условиях неблагоприятного сочетания трех факторов: объема информации, подлежащей обработке с целью принятия решения; фактора времени, отведенного для такой работы мозга и мотивации принятия решения [4, с. 187].

Рассматриваемое эмоциональное состояние можно определить, как реакцию человека на информационную перегрузку, которая влечет за собой возникновение трудностей понимания задачи, принятия решений и снижает темпы восприятия информации. Иными словами, увеличение объема информации, получаемой в ограниченные отрезки времени, недостаточность компетенций, необходимых для качественного выполнения работы, ведет к накоплению отрицательных эмоций и, в конечном счете, к возникновению стресса [5, с. 98]. Информационный стресс характеризуется тем, что человек не справляется с поиском нужного алгоритма, с поставленной задачей, не успевает принимать решения в требуемом ритме. Он может возникнуть при поиске, хранении и использовании информации [6, с. 39]. Итак, основной причиной информационного стресса является получение человеком чрезмерно большого количества информации, то есть так называемая «информационная перегрузка». Данный термин был впервые упомянут в книге Б. Госса «Управление организацией» (1964), однако

рассуждения об этом явлении появились гораздо раньше. В Экклезиасте, написанном предположительно, в III веке до нашей эры было сказано: «Сын мой, остерегайся составлять много книг – конца не будет, а много читать – утомительно для плоти». В XVIII в. Дени Дидро писал: «На протяжении веков количество книг будет расти постоянно, и можно прогнозировать, что придёт время, когда из книг так же трудно будет узнать что-нибудь, как от непосредственного изучения всей вселенной. Искать долю правды, скрытую в природе, будет почти так же удобно, как и отыскать скрытое в огромном множестве переплетенных томов» [7].

«Современный человек ничем не защищён от воздействия почти непрерывного «шума»: радио, телевидение, вывески, реклама, кино – в основном это не просветляет, а затуманивает наш разум», – пророчески констатировал Эрих Фромм [8, с. 12].

Избыточность информации ведет к перегрузке нервной системы, в результате чего накапливаются негативные эмоции, являющиеся причиной принятия неадекватных решений [9, с. 173].

Причин, которые ведут к информационной перегрузке много, среди таковых:

- стремительный рост производимой информации;
- простота копирования и передачи данных;
- большое количество каналов входящей информации; ее противоречивость и неточность;
- бессистемность и разбросанность существования информации; отсутствие у людей знаний о способах и методах обработки информации;
- низкий уровень самодисциплины и ответственности при работе с ней.

Стресс, несомненно, оказывает влияние на психику человека. Последствия этого влияния многообразны и до сих пор недостаточно изучены, а специалисты-медики высказывают обеспокоенность именно информационными перегрузками [10, с. 130].

Последствия информационного и эмоционального стресса в целом схожи и могут проявляться на интеллектуальном, эмоциональном и поведенческом уровне. На наш взгляд информационный стресс более всего проявляется в сфере интеллектуальной и выражается в следующих признаках:

- преобладание негативных мыслей;
 - рассеянность, рассредоточение;
 - ухудшение памяти;
 - повышенная отвлекаемость;
 - трудности в принятии решений;
 - плохой сон;
 - пассивность, желание переложить ответственность на кого-то другого;
 - нарушение логики;
 - спутанное и одновариантное мышление.
- Вышеуказанные негативные последствия ин-

формационного стресса побудили нас проанализировать его влияние на состояние сотрудников органов внутренних дел. Проведя исследование среди курсантов и действующих сотрудников органов внутренних дел (ОВД), мы попытались установить у них осознание проблемы информационного стресса и его влияния на человека. Нами было проведено анкетирование и интервьюирование 150 курсантов и слушателей Нижегородской академии МВД России. Респондентам была предложена анкета с целью выявления признаков информационного стресса. Из 150 сотрудников, участвовавших в исследовании, 50 относятся к категории курсантов 2–4 курсов, соответственно в возрасте от 20 до 23 лет. Остальные респонденты проходят службу в практических подразделениях ОВД и одновременно обучаются на факультете заочного обучения Нижегородской академии МВД России, возраст указанной категории варьируется от 27 до 38 лет.

В результате интервьюирования выяснились вопросы, как сотрудники справляются с информационным стрессом и насколько он распространен в настоящее время. Около 80 % курсантов задумывались о том, что это такое и в целом имеют правильное представление о понятии информационного стресса. Самым распространенным ответом было, то, что он возникает в результате того, что человек не может усвоить большой объём информации.

Слушатели оказались более пассивными и на вопросы отвечали очень ограниченно. До 90 % сотрудников ответили, что до этого вообще ничего не слышали об информационном стрессе, и не имеют представления о том, что это такое. На просьбу попытаться описать это явление, отвечали, что вообще не верят ни в какой информационный стресс и никаких его признаков не испытывают.

В целом же информационный стресс оказывает негативное влияние на эффективность деятельности, частоту заболеваний и вызывает состояние сниженной работоспособности [11, с. 8–9].

Также в нашем исследовании было выяснено, что курсанты в среднем ежедневно проводят в Интернете от 3 до 5 часов, при этом менее половины времени затрачивая на решение учебных и служебных задач. При этом они в большинстве своем не делают перерывов при работе, что объективно сказывается на продуктивности и качестве результатов их деятельности. Около 70 % респондентов указали, что при работе в сети Интернет у них отсутствует желание отвлечься даже на короткое время, и они забывают о домашних делах, учебе, служебных обязанностях, важных и деловых встречах. Молодые люди «отключаются» от реального мира, это в том числе является результатом недостатка у них знаний о поведении во время работы с информацией. Большинство опрошенных курсантов указали в качестве основ-

ного источника получения информации Интернет. При этом более половины из них недовольны объемом получаемой информации и в целом нейтрально относятся к воздействию Интернета на человека. То есть понимание того, что информация может повлечь за собой негативные последствия, есть, не хватает системного осмысления проблемы.

В целом сотрудники практических подразделений, будучи старшим по отношению к курсантам поколением показали большой уровень устойчивости к информационному стрессу. Слушатели, то есть лица в возрасте от 27 до 38 лет проводят в Интернете в среднем от 1,5 до 3 часов, при этом около половины испытывают ощущение эмоционального подъема во время работы в сети и зачастую не способны планировать время окончания нахождения в Интернете. Рассматриваемые респонденты предпочтение в получении информации отдают помимо Интернета печатным изданиям и телевидению. При этом большая часть удовлетворена объемом получаемой информации, а что касается оценки о воздействии Интернета на человека, то здесь результаты аналогичны мнению курсантов.

По итогам проведенного исследования можно сделать вывод о том, что молодые сотрудники меньше контролируют себя в Интернете и хуже ориентируются при работе с информацией. Большая устойчивость старших коллег объясняется наличием большего опыта в анализе информации.

По результатам анкетирования, можно выявить наиболее часто встречающиеся признаки информационного стресса непосредственно после работы с большим количеством информации:

В интеллектуальной сфере:

- рассеянность, рассредоточение;
- повышенная отвлекаемость;
- пассивность, желание переложить ответственность на кого-то другого;
- одновариантность мышления.

В эмоциональной сфере:

- мрачное настроение;

- безэмоциональность.

В поведенческой сфере:

- хроническая нехватка времени;
- уменьшение времени для общения с близкими и родственниками;
- повышенная агрессивность.

Около 20 % курсантов не указали на наличие у них тех или иных признаков стресса после работы в Интернете.

Стоит признать, что в настоящее время невозможно избежать информационного стресса, собственно также как стресса эмоционального и физиологического. Но мы должны научиться предупреждать и минимизировать его негативные последствия. Информационная некомпетентность имеет связь с отсутствием осознания субъектом собственных потребностей [12, с. 112]. Для этого нужно обучать людей тому, как работать с информацией, как применять полученные знания, освещать проблему информационного стресса, его последствий, формировать определенные навыки и умения по работе с информацией, сознательное отношение к информации и чувство ответственности за принимаемые сведения. Это должно инициироваться государством и приобрести повсеместный характер. Должна быть разработана федеральная программа, позволяющая формировать информационно культурных граждан России. Мы считаем, что наиболее эффективным в этой области будет создание специальных просветительно-образовательных курсов для всех возрастов и категорий населения. Курсы должны быть унифицированы и внедряются в образовательный процесс всех уровней, помимо этого, граждане, не обучающиеся в учебном учреждении должны также иметь возможность на получение соответствующих знаний. Представляется, что курсы должны быть адаптированы под соответствующий возраст и профиль подготовки.

Для курсантов образовательных учреждений МВД России и практических сотрудников ОВД это актуально как никогда.

ЛИТЕРАТУРА

1. Косарев А.С., Абдулханьянов И.А. О перспективах использования искусственного интеллекта в предупреждении преступности // Правда и закон. 2019. № 3. С. 25–28.
2. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования // Эмоциональный стресс / под ред. Л. Леви. Л.: Медицина, 1970. С. 178–198.
3. Бодров В.А. Информационный стресс: учебное пособие для вузов. М.: ПЕР СЭ, 2000. 352 с.
4. Жоголева О.А., Дорохов Е.В., Карпова А.В. Влияние тревожности и депрессии на иммунный статус студентов в состоянии хронического информационного стресса и корректирующая роль спелеоклиматотерапии // Вестник новых медицинских технологий. 2015. № 2. С. 187–189.
5. Кузьмина О.В. Проявление компетентности во времени у педагогов в ситуациях информационных перегрузок в условиях освоения виртуальных технологий обучения // Педагогическое образование в России. 2013. № 4. С. 98–102.
6. Грибина Л.В., Пазова Л.М. Влияние информационной среды на культуру речи обучающейся молодежи // Вестник Майкопского государственного технологического университета. 2016. № 1. С. 38–42.
7. История в Энциклопедии Дидро и д'Аламбера / пер. и прим. Н.В. Ревуненковой; под общ. ред. А.Д. Люблинской. Л.: Наука, 1978. 312 с.

8. Фромм Э. Забытый язык. М.: Изд-во «АСТ», 2017. 315 с.
9. Рыбин С.А., Чувыкин Б.В. Информационный стресс фактор, снижающий качество систем управления безопасностью // Труды Международного симпозиума «Надежность и качество». 2008. Т. 2. С. 172–175.
10. Долгова В.И., Василенко Е.А. Пять важнейших стрессов субъектов образования // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2016. № 6. С. 128–131.
11. Егорова И.А., Бучнов А.Д., Пьер Вэ. Особенности остеопатической коррекции функционального состояния женщин молодого возраста при информационном стрессе // Физиотерапия, бальнеология и реабилитация. 2015. № 4. С. 8–11.
12. Губина С.Т., Югова Н.Л. Восприятие подростками информации, в сети Интернет: профилактика Интернет-зависимого поведения // Дискуссия. 2014. № 1. С. 111–117.

THE PROBLEM OF INFORMATION STRESS IN LAW ENFORCEMENT AGENCIES

Kosarev Andrey Sergeevich

PhD in Pedagogy (Candidate of Pedagogic sciences)
Associate Professor of the Department of Internal Affairs in special conditions
Nizhniy Novgorod academy of the Ministry of the Interior of Russia
Nizhniy Novgorod, Russian Federation
andrei.kos1977@yandex.ru

Abdulkhannyanov Ilyas Abdulkhaevich

student of faculty of training of operational structure divisions of economic security and anti-corruption
Nizhniy Novgorod academy of the Ministry of the Interior of Russia
Nizhniy Novgorod, Russian Federation
abdulxann@gmail.com

Abstract. The article is devoted to the study of the state of information stress and its effect on employees of internal affairs bodies. Based on the study with the participation of cadets and students of the Nizhny Novgorod academy of the Ministry of Internal of Russia, it was concluded that signs of information stress are more often manifested in young employees. This necessitates the implementation of timely comprehensive training of ATS officers on the formation of appropriate information competence for them.

Keywords: information stress, police officers, information overload, stress consequences, information culture of law enforcement officers.