

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/kursovaya-rabota/419917>

**Тип работы:** Курсовая работа

**Предмет:** Психология

ВВЕДЕНИЕ 2

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СПЕЦИФИКИ ИНФОРМАЦИОННОГО СТРЕССА 6

1.1. Понятие ИС как разновидности социального стресса 6

1.2. Точки возникновения ИС 11

1.3. Формы проявления стресса 13

1.4. Исследование концепций ИС 16

ГЛАВА 2. ПОСЛЕДСТВИЯ ИНФОРМАЦИОННОГО СТРЕССА КАК ФАКТОРА ДЕСТАБИЛИЗАЦИИ ПОВЕДЕНЧЕСКОЙ РЕАКЦИИ 21

2.1. Последствия ИС 21

2.2. Влияние ИС на эффективность деятельности человека 24

2.3. Восприятие и оценка ИС психологами 27

2.4. Способы защиты от последствий ИС 32

ЗАКЛЮЧЕНИЕ 36

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ 39

В условиях информационного перенапряжения трудно сконцентрироваться и принять правильное решение, так как признаки информационного стресса проявляются на нескольких уровнях:

1. Физиологический. Признаки: тошнота, изжога, сухость во рту, повышенное давление.

2. Эмоциональный. Признаки: опустошенность, усталость; напряжение, беспокойство, страх от негативных новостей.

3. Поведенческий. Признаки: рассеянность, безразличие к поведению окружающих людей; затруднения сосредоточиться на важных вещах; невозможность объективно оценивать себя и окружающих; тяга к вредным привычкам; скованность движений.

Не всякое экстремальное, субъективно значимое воздействие вызывает развитие последующей стрессовой реакции. По общим представлениям в качестве стрессовой может быть признана только такая реакция организма, которая достигает тех пороговых уровней, где его физиологические и психологические интегративные способности напряжены до предела. Предел безвредного, обратимого напряжения интегративных способностей обусловлен, по В.Д. Небылицыну, индивидуальными особенностями психики личности, уровнем ее выносливости, функциональной устойчивости. Поэтому в развитии информационного стресса большое значение имеют компоненты психологической структуры личности.

Когда субъекту что-то угрожает, то его психическая деятельность интенсифицируется, а поведение организуется таким образом, чтобы устранить надвигающуюся опасность: избежать ее, воздействовать на нее, выбрать другую защитную реакцию. В зависимости от выбранной стратегии поведения проявление того или иного ответа на угрозу (страха, гнева, депрессии и т. п.) или на само воздействие (восприятие сложности задания, опасности ситуации) будет различаться, причем эти различия будут касаться и моторно-поведенческих, и биохимических, и физиологических, и аффективных реакций.

Под влиянием взглядов Г. Селье внимание многих исследователей фиксировалось на физиологических, биохимических или морфологических изменениях, возникающих в результате действия стресс-факторов. В то же время особенности зарождения и развития психологического стресса обуславливают необходимость рассмотрения реакций организма не только в связи с особенностями стресс-воздействия, но и с психологическими факторами конкретной личности. А.В. Вальдман замечает: «У многих исследователей возникает неудовлетворенность при попытках изолированного рассмотрения стресс-реакции как комплекса биохимических (энергетических) процессов или исследования отдельных нейрофизиологических, вегетативных коррелятов психологического стресса».

Проявления ответных реакций на психологический стресс возникают в зависимости от функциональной системы ответного реагирования и тех процессов, которые формируют поведение организма и личности при взаимодействии с окружающей средой. Характер реакции на фактор, несущий стресс, в значительной степени зависит от личностных характеристик человека. Существенную роль играет интенсивность

нарастания внешнего воздействия. При остром интенсивном вредоносном факторе реакция обычно бывает грубая, массивная, в ней маскируются особенности личности. При менее интенсивном и медленном воздействии экзогенных факторов роль личностной реакции проявляется более отчетливо. При более умеренных степенях психического напряжения изменения поведения касаются нарушения процессов научения, проявляются нарушением психомоторной координации. Страдает качество восприятия, сложные формы целенаправленной деятельности, ее планирование и оценки. Роль типа личности в характере ответного поведения при стрессовых условиях очень существенна. По В.Н. Мясищеву в экстремальных условиях у импрессивных личностей имеется склонность к заторможенности внешней реакции и усилению вегетативных реакций, к повышению уровня адреналина, особенно в значимых ситуациях. У экспансивных личностей ярко выражены как внешние, так и внутренние реакции, что соответствует их тенденции к внешнему разряду своих переживаний. Изменение поведения при стрессе является более ярко выраженным показателем характера ответа на воздействие, чем отдельные биохимические или физиологические параметры. Чаще доминирует форма поведения с повышением возбудимости, которая выражается в дезорганизации поведения, утрате ряда ранее приобретенных реакций, треморе, поведении с преобладанием неадекватной реакцией.

#### 1.4. Исследование концепций ИС

По данным ВОЗ, депрессией болеют более 250 млн. человек всех возрастных групп. Выделяют виды стресса: биологический, эмоциональный, психологический. В данной работе рассматривается информационный стресс, как форма психологического стресса.

По мнению В.А. Бодрова, ИС следует рассматривать как реакцию субъекта на угрозу воздействия или реальное воздействие экстремального сигнала или ситуации. Она воспринимается и оценивается с помощью механизмов психического отражения и только индивидуально.

Это неспецифическая реакция организма на внешний раздражитель, которым выступает информация, получаемая в рамках определенной деятельности. По мнению В.А. Бодрова, именно индивидуально-личностные факторы играют ключевую роль в возникновении информационного стресса. Он выделяет следующие личностные факторы:

- 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 для, объём информации (недостаток информации или её переизбыток).

Основные параметры классификации информационного стресса:

- длительность;
- объект;
- сила воздействия;
- течение процесса;
- форма проявления информационного стресса;
- содержание;
- источник воздействия;
- последствия информационного стресса.

Среди теоретиков есть сторонники количественного и качественного подходов к информационным перегрузкам. С 1970-х гг., зарубежные исследователи, в основном, были сторонниками количественного подхода. Они исходили из того, что перегрузки информации вызываются большим ее количеством, которое обрушивается на современного человека.

Крупнейший зарубежный теоретик информационного общества Э. Тоффлер в своих работах («The third wave» и «Future shock») описал и обосновал негативные социально-психологические последствия (эффекты) информатизации и симптомы ИС.

Атрибутом информационного века, по Э. Тоффлеру, является возрастание темпов производства и быстрого распространения информации. Высокий темп ее распространения (или, в терминологии Э. Тоффлера, чрезмерная стимуляция - *overstimulation*) требует от человека нового уровня адаптивности, который современному человеку еще недоступен. Человек и общество в целом, не имея надежных механизмов адаптации, не владея позитивными стратегиями выхода из этого кризиса, подвержены болезни, которую Э. Тоффлер называет футуршок (*future shock*). Данная болезнь представляет собой «человеческую реакцию на чрезмерную стимуляцию» [3, с. 344].

1. Антонов О.В. Оценка и анализ физического развития детей и подростков // О.В. Антонов. Сибирский медицинский журнал. – 2012. – Том 27. – № 4.
2. Бабаева Ю.Д. Психологические последствия информатизации // Ю.Д. Бабаева, А.Е. Войскунский. Психологический журнал. – 1999. – № 2. – С. 89-100.
3. Бодров В. А. Информационный стресс: уч. пособие для вузов // В. А. Бодров. – М.: ПЕР СЭ, 2001. – С. 12-15, 33, 79, 98, 111, 131.
4. Винокуров И. Психотронная война // И. Винокуров, Г. Гуртовой. – М. Мистерия, Общество по изучению тайн и загадок Земли, 1997. – С. 62.
5. Ведерко О. В. Эффекты информационного стресса у человека // О.В. Ведерко, Н.Н. Данилова, Н. В. Гуляева, Б.М. Коган, Н.А. Лазарева, М.В. Онуфриев. Нейрохимия. – 2004. – № 2. – С. 68-74.
6. Волкова Е.Е. Влияние компьютера на психику человека // Е.Е. Волкова. – М.: АСТ; Донецк: Сталкер, 2006. – 190 с.
7. Горбаткова А.Ф. Проблема информационного шума в жизни человека 21 века // А.Ф. Горбаткова, В.В. Котлярова. Концепт. – 2018. – № 8. – С. 1-4.
8. Ежевская Т.И. Психологическое воздействие информационной среды на современного человека // Т.И. Ежевская. Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2013. – № 4.
9. Евдокименко Е.Ю. Понятие информационного шума в социальногуманитарных науках // Е.Ю. Евдокименко. Молодой ученый. – 2014. – №11. – С. 563-566.
10. Емелин В.А. Психологические последствия развития информационных технологий // В.А. Емелин, Е.И. Рассказова, А.Ш. Тхостов. Национальный психологический журнал. – 2013. – № 1.
11. Еляков А.Д. Информационная перегрузка людей // А.Д. Еляков. Социологические исследования. – 2006. – № 7. – С. 114,121.
12. Зараковский Г.М. Информационно-психологическая безопасность. // Под ред. А.В. Брушлинского и В.Е. Ленского. Психология и безопасность организаций. – М., 1998. – С. 42.
13. Зотов М. В. Физиологические показатели устойчивости человека к воздействию информационного стресса // М.В. Зотов, В.И. Шостак, В.М. Петрукович. Вестник Санкт-Петербургского университета. – 2009. – № 5. – С. 261-264, 255.
14. Касымова И.Т. Роль эмоций в общении и в освещении реальности // И.Т. Касымова. Вестник ТГУПБП. – 2014. – №5. – С. 102.
15. Ковтунович М. Г. Информационный стресс // М.Г. Ковтунович, К.Е. Маркачев. Психологическая наука и образование. – 2008. – № 6. – С. 80, 83, 91.
16. Кобзева О.В. Информационный стресс как индикатор социальной адаптации // О.В. Кобзева. Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – № 55. – С. 278-284.
17. Кончевский А.И. Проблемы информационного стресса в условиях глобализации // А.И. Кончевский, С.Д. Реут. – Минск, Белорусский национальный технический университет. 2016. – С. 376-377.
18. Куликова Т.И. Психология стресса // Т.И. Куликова Международный журнал экспериментального образования. – 2017. – № 8. – С. 181-182.
19. Куликовский В.В. Информационные нагрузки при умственной деятельности // В.В. Куликовский, А.М. Боковиков. Физиология человека. – 1994. – № 2. – С. 75-77.
20. Куликов Е.М. Генезис слухов вследствие информационной перегрузки аудитории // Е.М. Куликов. Общество и право. – 2012. – №2. – С. 114.
21. Медведева Н.И. Современная социальная среда как фактор и источник информационного стресса // Н.И. Медведева. Вестник Северо-Кавказского федерального университета. – 2016. – № 3. – С. 235, 239.
22. Медведев В.И. Психологические реакции человека в экстремальных условиях // В.И. Медведев. – М.: Наука, 1978. – С. 625-672.
23. Мясищев В.Н. Проблема личности и ее роль в вопросах соотношения психологии и физиологии // Под ред. В.Н. Мясищева, Б.Д. Карвасарского. – Л., Институт практической психологии. – Воронеж: НПО «МОДЭК», 1995. – 356 с.
24. Пантюхин С.С. Обеднение информационной среды как средство борьбы с информационным стрессом // С.С. Пантюхин. КИРА. – Архангельск. 2017. – С.173-179.
25. Пронина Л.А. Информационная культура как механизм преодоления информационной перегрузки // Л.А. Пронина. Вестник Тамбовского гос. ун-та. – 2014. – № 5. – С. 329.
26. Самотруева М.А. Информационный стресс: причины, влияние на организм // М.А. Самотруева, Д.Л. Теплый, М.У. Сергалиева, М.В. Мажитова, А.Л. Ясенявская, Б.И. Кантемирова. Астраханский медицинский журнал. – 2016. – №5. – С. 25-31.

27. Стрекалова Н.Б. Влияние информационной перегрузки на жизнедеятельность личности // Н.Б. Стрекалова. Проблемы и перспективы развития образования в России. – 2012. – № 13. – С. 330.
28. Тоффлер Э. Третья волна // Э. Тоффлер. – М: АСТ, 2003. – С. 394
29. Тоффлер Э. Информационный стресс // Э. Тоффлер. – К.: Диалог, 1997. – С. 5-6.
30. Урсул А.Д. Информационный шум // А.Д. Урсул.– М.: Социальная информатика. Фонд «Мир». 2009. – 281 с.
31. Уикенс К. Переработка информации, принятие решения и познавательные процессы // Под ред. Г. Сальвенди. – М.: Мир, – 1992. – Т. 1. – С. 206-267.
32. Чигринский, П.А. Информационная перегрузка: особенности явления причины его возникновения // П.А. Чигринский. Вестник МГЭИ. – 2021. – № 1. – С. 145-156.
33. Юшина О.Л. Информационно-психологическая безопасность: библиотечковедческий аспект // О.Л. Юшина. Научные и технические библиотеки. – М.: Арс, 2004. – С. 32.
34. Lewis, D. Information Overload. Practical Strategies for Surviving in Today's Workplace, 1998.

*Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:*

<https://stuservis.ru/kurovaya-rabota/419917>