ИНФОРМАЦИОННАЯ ПСЕВДОДЕБИЛЬНОСТЬ КАК ФАКТОР, ВЛИЯЮЩИЙ НА КОНЦЕНТРАЦИЮ ВНИМАНИЯ

Сулаева О.А. Email: Sulaeva681@scientifictext.ru

Сулаева Ольга Александровна – педагог-психолог,
Бюджетное общеобразовательное учреждение города Омска
Лицей «Бизнес и информационные технологии», г. Омск

Аннотация: в статье анализируется влияние информационной псевдодебильности на концентрацию внимания. По определенному критерию выделены три группы учеников для исследования, проведено первоначальное тестирование и по его результатам участники исследования поделены на подгруппы. Предложена и проведена тренировка с повторным тестированием. Основываясь на результатах, показан уровень развития данного свойства внимания посредством тренировки у лиц с исследуемым расстройством. Показано преимущество в развитии свойства у подгрупп, согласившихся и выполнивших дополнительные условия.

Ключевые слова: информация, информационная псевдодебильность, концентрация внимания.

INFORMATION PSEUDO-DEBILITY AS A FACTOR AFFECTING CONCENTRATION

Sulaeva O.A.

Sulaeva Olga Aleksandrovna - Educational-Psychologist,
BUDGETARY EDUCATIONAL INSTITUTION OF THE CITY OF OMSK
LYCEUM «BUSINESS AND INFORMATION TECHNOLOGIES», OMSK

Abstract: the article analyzes the effect of information pseudo-debility on attention span. According to a certain criterion, three groups of students were identified for the study, initial testing was carried out, and according to its results, the study participants were divided into subgroups. A training with repeated testing was proposed and conducted. Based on the results, the level of development of this property of attention is shown through training in individuals with the investigated disorder. An advantage is shown in the development of the property in subgroups that agree and fulfill additional conditions.

Keywords: information, information pseudo-debility, concentration.

УДК 159.9.072.3

Информационная псевдодебильность – медицинский термин, обозначающий психическое расстройство, при котором человек проявляет признаки слабоумия вследствие чрезмерного потребления информации, что приводит к сильному отставанию в развитии, рассеянности, ухудшению памяти, внимания, низкому уровню самоконтроля. Другими словами,- это деградация мозга под влиянием гаджетов и чрезмерного потребления информации, расстройство при котором человек проявляет признаки клинической дебильности [1]. К типичным симптомам относятся задержка психического и умственного развития, неумение анализировать и структурировать информацию, повышенная агрессия, нарушение памяти и внимания.

Ученик в среднем касается экрана своего телефона более 2500 раз в день. Постоянный просмотр новостных лент, видеороликов, социальных сетей и тому подобное приводит к чрезмерному потреблению информации и как следствие - неспособности сконцентрироваться на нужной информации и обработать её. Мышление для обработки интеллектуальных объектов в данном случае не может быть в полной мере задействовано, и соответственно дефолт-система мозга слабо формируется с возрастом. То же самое касается и сети выявления значимости, обеспечивающей возможность концентрации на определенной интеллектуальной задаче.

Рассмотрим влияние информационной псевдодебильности на одно из свойств внимания- концентрацию. В исследовании принимали участие 76 учеников. Школьники разделены на три группы. Группа № 1 (6 учеников)- использование компьютера не более 2 часов в день (в учебных целях), малое по продолжительности использование гаджетов. Группа № 2 (43 ученика) – использование компьютера в развлекательных целях от 2 до 6 часов, активное использование гаджетов. Группа № 3 (27 учеников) - активное пользование гаджетами, использование компьютера более 6 часов в день. Следует отметить, что в соответствии с нормами СанПин 2.2.2/2.4.1340-03 пункт 4.1 [2] продолжительность работы за компьютером не должна превышать 75 минут в день с перерывами (для исследуемой категории учащихся).

Для определения уровня развития концентрации внимания использовался ряд стандартных тестов. Рассмотрим результаты на примере методики «Корректурная проба Бурдона». Тест Бурдона - группа

тестов на бланках или для ускорения обработки результатов онлайн-сервисе [3]. В простом варианте это нахождение определенных букв в строках на время. Данные для оценивания уровня концентрации внимания приведены в таблице № 1.

Таблица 1. Оценка уровня концентрации внимания

Уровень развития концентрации внимания	Значение, К%
Очень хороший	81-100%
Хороший	61-80%
Средний	41-60%
Плохой	21-40%
Очень плохой	0-20%

Рассмотрим результаты, полученные в ходе тестирования трех групп, представленные в среднем, округленном значении для группы в таблице № 2.

Таблица 2. Результаты тестирования уровня концентрации внимания

Значение К% для группы №1	Значение К% для группы №2	Значение К% для группы №3
83%	66%	42%

Отметим, что группа № 1 показала очень хороший результат, группа № 2, несмотря на заметный разрыв - хороший результат, группа № 3- результат средний, но близкий к нижней границе с плохим.

Далее было предложено в качестве эксперимента уменьшить количество потребляемой информации на условно одинаковый уровень группе № 2, группе № 3. Каждая группа разделилась на две подгруппы: те, кто согласился, и те, кто не согласился на ограничения, соответственно подгруппа № 2.1 и № 3.1; подгруппа № 2.2 и № 3.2. Все, кроме группы №1 проходили тренировку на концентрацию внимания в течение 10 дней (методика «Черная точка») Группа № 1 не участвовала в дальнейшем исследовании. Результаты повторного тестирования представлены в таблице № 3.

Таблица 3. Результаты тестирования уровня концентрации внимания после тренировки

Подгруппа	Значение, К%	Разница в результатах до и после эксперимента, Δ%
2.1(ограничения+тренировка)	74%	8%
2.2(тренировка)	69%	3%
3.1(ограничения+тренировка)	49%	7%
3.2(тренировка)	44%	2%

На основании полученных данных проведен анализ результатов, полученных при тестировании: влияние информационной псевдобдительности на концентрацию внимания подтверждено. Данные, полученные через 10 дней эксперимента (согласились ограничить объем потребляемой информации 10 человек из второй группы и 7 человек из третьей группы), показывают возможность более быстрого восстановления данного свойства внимания. При этом результаты этих подгрупп более чем в два раза лучше, чем у подгрупп, которые просто проходили тренировку. Малое количество согласившихся на ограничения (временно) говорит о непонимании зависимости от гиперинформационного потока и его влияния на развитие функциональных сетей мозга.

Список литературы / References

1. [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://cyclowiki.org/wiki/Информационная_псевдобдительность/ (дата обращения: 28.01.2020).
2. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://gostrf.com/normativ/1/4294817/4294817617.htm/> (дата обращения: 28.01.2020).
3. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://psychojournal.ru/tests/1211-korrektornaya-proba-test-burdona.html/> (дата обращения: 28.01.2020).