

УДК 377.5

DOI: 10.31499/2307-4906.1.2021.228840

## ІНФОРМАЦІЙНЕ ПЕРЕВАНТАЖЕННЯ СТУДЕНТІВ КОЛЕДЖІВ

**Юринець Олександр**, кандидат педагогічних наук, заступник директора з навчальної роботи, Володимир-Волинський педагогічний фаховий коледж імені А. Ю. Кримського Волинської обласної ради.

ORCID: 0000-0003-0578-015X

E-mail: yurynets@gmail.com

**Хавура Марія**, студент, Володимир-Волинський педагогічний фаховий коледж імені А. Ю. Кримського Волинської обласної ради.

ORCID: 0000-0001-9553-5929

E-mail: st2g20@vvpc.com.ua

*У статті представлено аналіз результатів дослідження проблеми інформаційного перевантаження сучасної молоді віком від 15 до 20 років, що навчаються у коледжах, розташованих у невеликих містах. За результатами проведеного анкетування та аналізу джерел визначено основні причини інформаційного перевантаження студентів. Серед них виокремлено недостатню професійну орієнтацію молоді, що здобуває освіту в коледжах, відсутність системності в роботі з гаджетами, непомірну кількість різнопрофільних навчальних дисциплін в освітньо-професійних програмах закладів фахової передвищої освіти. Для усунення визначених причин, упорядкування рівня інформаційного навантаження студентів запропоновано ряд заходів, які доцільно вжити державі, суспільству та молодій людині.*

**Ключові слова:** інформація, інформаційне перевантаження, коледж, професійна підготовка, студент, молодь, фахова передвища освіта, сучасна людина.

## THE INFORMATION OVERLOAD OF COLLEGE STUDENTS

**Yurynets Oleksandr**, PhD in Pedagogical Sciences, Deputy Director for Academic Affairs, Ahatanhel Krymskyi Volodymyr-Volynskyi Pedagogical Applied College of the Volyn Regional Council.

ORCID: 0000-0003-0578-015X

E-mail: yurynets@gmail.com

**Khavura Mariia**, Student, Ahatanhel Krymskyi Volodymyr-Volynskyi Pedagogical Applied College of the Volyn Regional Council.

ORCID: 0000-0001-9553-5929

E-mail: st2g20@vvpc.com.ua

*The research presents the analysis of the study results, related to the problem of information overload of 15–20-year-old modern youth studying in colleges are located in small towns. Taking into account the results of the survey and the analysis of the sources, the main reasons of students' information overload have been identified in the article.*

*The second main reasons are defined: the lack of career guidance for young people who study in colleges, the shortage of systematics in the use of gadgets, the disproportionate number of various*

*disciplines in the curricular of the institutions of professional pre-higher education. An analysis of the emergence of the term "information overload" and the views of the scientists at the forefront of the problem have been carried out. It is determined that in terms of the information society, the idea of effective nobility, the formation of information culture, and information literacy of the people are very important for modern science.*

*Practical techniques are particularly relevant in this context, which allow higher education institutions to form skills in children and youth to search for useful information, critically assess it and apply for people and society.*

*In order to ensure the level of informational overload of students, a number of preventive measurements have been suggested. These measurements are appropriate for the state in general and for the young people in particular, such as: reducing the amount of general training in favor of greater professional orientation of educational programs in colleges; introduction of educational courses aimed at the formation of competencies in work with information in educational programs of training in institutions of professional higher education; providing the availability of programs for self-realization of adolescents and young people in their free time, etc.*

*This will allow the young person to develop the ability to set the priority goals that require compliance with the order of their actions, to form skills to work with various types of information, especially with the Internet and social networks, as well as the ability to dose time to work with gadgets.*

**Keywords:** *information, information overload, college, professional training, student, youth, professional pre-higher education, modern person.*

Доступ до інформації, її величезний обсяг, можливість у будь-яку секунду дізнатися те, що вас цікавить – це і є сучасний інформаційний світ, без якого нині неможливо уявити життя людини. Як кажуть, хто володіє інформацією, той володіє світом. Але чи здатний наш мозок опанувати наявні обсяги даних?

Мозок сучасної людини щодня виробляє інформації у 160 тисяч разів більше, аніж мозок людини, яка жила в ХІХ столітті. Коли даних стає занадто багато, мозок уже не має змоги сприймати справжні знання, настає перенасичення. Інформаційним перевантаженням страждають дорослі через жорсткі реалії життя; страждає молодь, бо не обізнана у цьому питанні; страждають навіть діти шкільного віку (освітні програми, соцмережі, комп'ютерні ігри тощо) [1].

В умовах інформаційного суспільства важливим завданням сучасної науки є пошук ефективних шляхів формування інформаційної культури, інформаційної грамотності людини. Особливо актуальними в цьому контексті є пошук практичних методик, що дозволять закладам освіти формувати вміння дітей та молоді шукати, критично оцінювати й використовувати інформацію з користю для людини та суспільства.

Останнім часом проблема інформаційного перевантаження є об'єктом досліджень сучасної науки, а в інтернеті представлено чимало результатів дослідження цієї проблеми.

Без введення терміна «інформаційне перевантаження», ще задовго до сучасних обсягів інформації, проблему прогнозував Д. Дідро: «Протягом століть кількість книг буде рости постійно, і можна прогнозувати, що прийде час, коли з книг так само важко буде дізнатися що-небудь, як від безпосереднього вивчення усього Всесвіту. Шукати частку правди, приховану в природі, буде майже так само зручно, як і відшукати приховане в величезній безлічі переплетених томів» [1].

Можна зустріти дещо різні твердження щодо першої згадки терміна. У Вікіпедії зазначається, що вперше термін «інформаційне перевантаження» з'явився в статті

Я. Якобі, Д. Спеллера та К. К. Бернінгема, які проводили експеримент серед 192 домогосподарок. У статті обґрунтовано гіпотезу про те, що надлишок інформації про торгові марки та бренди призводить до погіршення якості рішень, що приймаються [4].

С. Грабовська, О. Мусаковська зазначають, що вперше термін «інформаційне перевантаження» застосував Б. Гросс, який позначив ним стан, коли обсяг інформації перевищує можливості її опрацювання. У цій же публікації констатується, що Е. Тоффлер у праці «Шок майбутнього» інформаційне перевантаження визначає як провідну проблему інформаційного суспільства: «Дистрес, одночасно фізіологічний та психологічний, що виникає внаслідок перевантаження фізіологічних адаптивних систем людського організму та стає причиною порушення в процесах прийняття рішення» [2].

Питання інформаційної безпеки в контексті інформаційної культури розглядали О. Дзьобан, Є. Мануйлов. У своїй статті вони зазначають, що «інформаційний стрес виникає зазвичай на підставі того, що психічні та фізіологічні можливості людини обмежені при сприйнятті інформації, і надалі може призвести до виникнення серйозних захворювань, пов'язаних з розладом нервової системи» [3].

Водночас серед вищезгаданих та інших джерел нам не вдалося виявити праць, де досліджувалися б питання інформаційного перевантаження молоді, зокрема студентів, що здобувають освіту в коледжах.

Варто зазначити, що більшість проаналізованих нами джерел для подолання інформаційного перевантаження пропонують:

- тримати менше інформації у пам'яті;
- приймати важливі рішення вранці;
- організовувати та впорядковувати інформацію;
- під час роботи не листати соціальні мережі;
- виконувати завдання почергово одне за одним;
- «фільтрувати» необхідну інформацію.

На нашу думку, такі заходи не можуть суттєво вплинути на рівень інформаційного навантаження студентів коледжів, оскільки воно спричинене не лише тим, що молода людина неправильно організовує роботу з інформацією, а й рядом інших чинників.

Метою статті є визначення причин та пошук ефективних способів подолання інформаційного перевантаження студентів коледжів.

Студентська молодь, що здобуває освіту в коледжах, також зазнає інформаційних перевантажень. З метою визначення тяжкості цієї проблеми та можливих причин інформаційного перевантаження нами було проведено анкетування 106 студентів віком від 15 до 20 років із педагогічного та агротехнічного коледжів, розташованих у місті Володимирі-Волинському Волинської області.

Студентам ставили наступні запитання:

1. Скільки навчальних дисциплін ви вивчаєте за семестр?
2. Яка частина навчальних дисциплін спрямована на формування професійних компетентностей за вашою спеціальністю?
3. Чи є серед навчальних дисциплін такі, що вашого майбутнього фаху не стосуються?

4. Чи плануєте ви працювати за фахом, який здобуваєте в коледжі?
5. Скільки часу ви витрачаєте на підготовку до занять (уроків)?
6. Скількома соціальними мережами ви користуєтесь?
7. Як ви використовуєте інформацію, яку отримуєте з соціальних мереж?
8. Скільки часу ви проводите в телефоні щодня?
9. Як ви проводите свій вільний від навчання час?
10. Чи користуєтесь ви гаджетами під час відпочинку?

Проведемо короткий аналіз відповідей студентів. На перше запитання щодо кількості навчальних дисциплін 1,9 % здобувачів освіти відповіли, що вивчають менше 8 навчальних дисциплін за семестр, 21,7 % – 8–12 предметів, 44,3 % – 12–15, а 32,1 % – більше 15 навчальних дисциплін. Тобто три чверті опитаних студентів постійно повинні опрацьовувати інформацію з понад 12 предметів (рис. 1).

Скільки навчальних дисциплін Ви вивчаєте у семестрі?  
105&nbsp;ответов

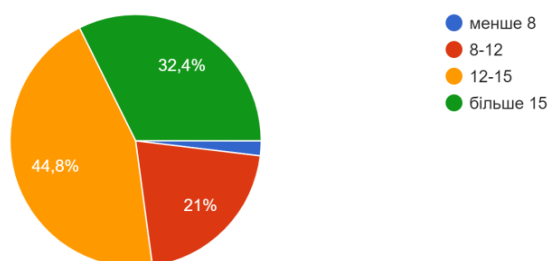


Рис. 1

Відповідаючи на друге та третє запитання анкети (рис. 2–3), майже половина студентів повідомила, що дуже велика частка цих дисциплін не стосується фаху, який вони здобувають у коледжі.

Яка частина навчальних дисциплін спрямована на формування професійних компетентностей за Вашою спеціальністю?  
106&nbsp;ответов

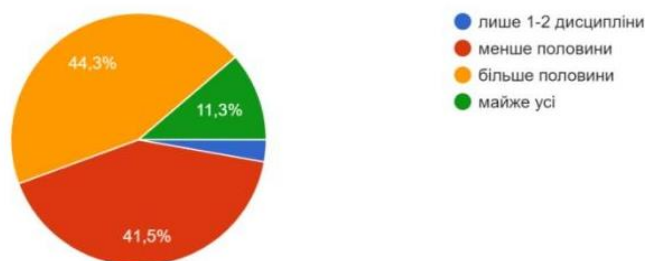


Рис. 2

Чи є серед навчальних дисциплін, які Ви вивчаєте, такі, що, на вашу думку, Вашого майбутнього фаху не стосуються?

106&nbsp;ответов

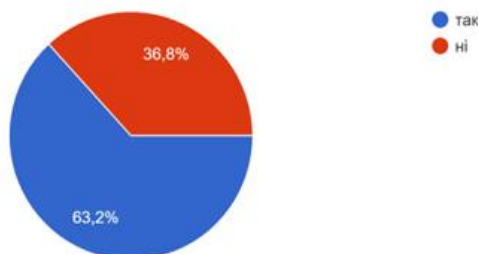


Рис. 3

Такі відповіді свідчать про те, що інформаційне навантаження студентів, які здобувають освіту у коледжах, спричинене не лише соціальними мережами та гаджетами. Неймовірним об'ємом інформації з різних галузей вони повинні оперувати відповідно до завдань, що ставлять перед ними в закладі освіти. Постійне навчання та розширення навичок у різних напрямках є надзвичайно важливим для майбутньої професії та кар'єри, проте це не повинно приносити шкоду здоров'ю та мотивації розвитку.

Часто проблеми з нестачею вільного часу мають найбільш відповідальні студенти, які прагнуть виконати всі завдання, що пропонуються для домашньої самостійної роботи. Можна стверджувати, що 47,2% саме таких молодих людей готуються до занять понад 4 години щодня (рис. 4). Більш-менш визначившись із майбутнім фахом, молоді люди вступають до коледжів і з часом не знають, як впоратися з таким об'ємом інформації.

Скільки часу Ви витрачаєте на підготовку до занять (уроків)?

106&nbsp;ответов

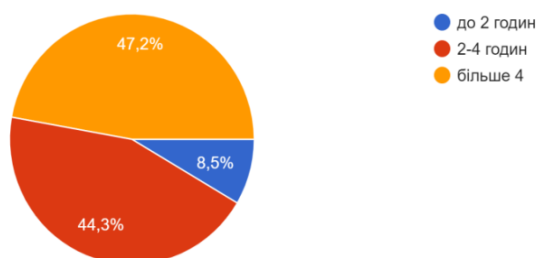


Рис. 4

На жаль, не орієнтовані на вирішення цієї проблеми і викладачі закладів фахової передвищої освіти, бо часто у педагогічних колах побутує думка, що «моя дисципліна найнеобхідніша».

З деяких міркувань можна вважати, що навчання сприяє розвитку і кращому формуванню професійних здібностей, однак досконало опанувати широкий спектр компетентностей неможливо. Варто говорити також про те, що часто інформація, яку опрацьовують студенти, у подальшому житті не буде для них корисною.

Як свідчать відповіді випускників минулих років на запитання щодо роботи за фахом після закінчення коледжу, максимум половина з них використають у подальшому знання, здобуті в коледжі. Більшість студентів сумнівається у майбутній професії впродовж усього періоду навчання (рис. 5).

Чи плануєте Ви працювати за фахом, який здобуваєте у коледжі?

106&nbsp;ответов

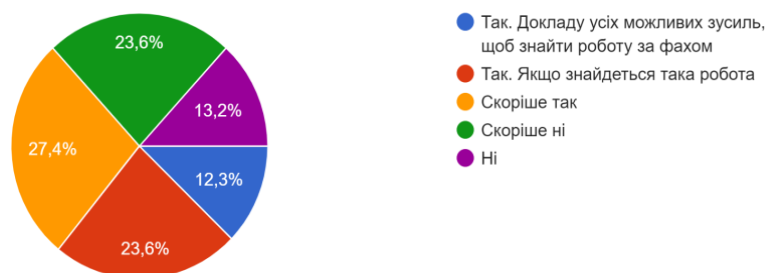


Рис. 5

Наступною проблемою, що спричиняє інформаційне перевантаження молодих людей, є гаджети та соціальні мережі. 61 % молодих людей, що здобувають освіту в коледжах, повідомили, що постійно користуються 2–5 соціальними мережами. На нашу думку, це забирає у студентів увесь вільний час, та й значну частину часу, що вони могли б використати на здобуття фахових компетентностей (рис. 6).

Скількома соціальними мережами Ви користуєтесь?

105&nbsp;ответов

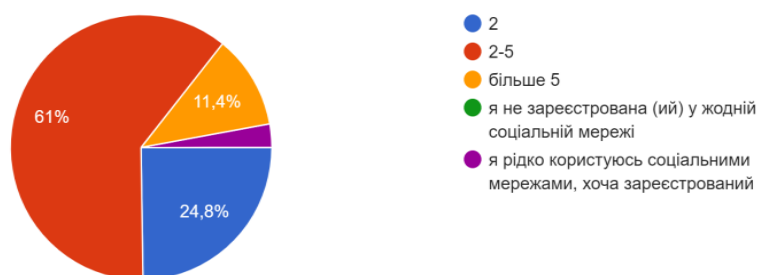


Рис. 6

Інформацію з соціальних мереж люди повинні сприймати критично. Однак студентам для цього бракує досвіду, тому часто соціальні мережі згубно впливають на інформаційне навантаження підлітків та молоді. 41 % опитаних студентів повідомили, що соціальні мережі – це єдине джерело інформації, не пов'язаної з навчанням, яким вони користуються (рис. 7).

Скільки часу Ви проводите у телефоні щодня?  
105&nbsp;ответов

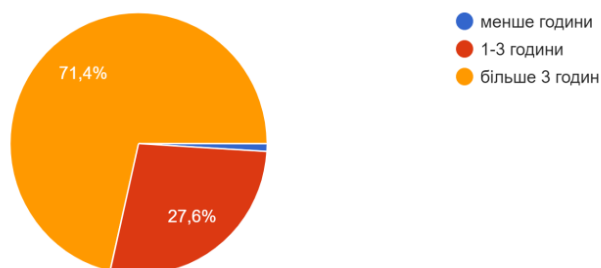


Рис. 7

Як правило, більшість студентів для підключення до мережі «Інтернет», користування соціальними мережами та маси інших дій використовують смартфон. А протягом періоду карантинних обмежень, пов'язаних із поширенням COVID-19, телефон ще й став засобом для здобуття знань. 71 % опитаних повідомили, що у телефоні проводять понад 3 години щодня.

Цікавість спробувати той чи інший додаток, соціальну мережу, «клікнути» на сайт із громіздким та провокативним заголовком під час роботи завжди спокушає людей, а особливо молодь, яка найчастіше не вміє розділяти роботу і розваги. Студентів необхідно вчити тренувати силу волі, бути стійкими і повністю свідомими в роботі з інтернетом, соціальними мережами та інформацією загалом. Адже велика кількість непотрібної інформації надходить переважно з гаджетів і призводить до інформаційного перевантаження.

Більшість коледжів розташована у відносно маленьких містах, де немає можливостей для повноцінного проведення вільного часу. У деяких школах є гуртки за інтересами, але вони мають обмежений спектр напрямів роботи. Найбільш поширені гуртки: хореографічні, вокальні, мистецькі та спортивні секції. Такі напрями орієнтовані на дітей, а не на підлітків чи молодь.

Для людей віком від 15 до 20 років необхідні інтелектуальні клуби або клуби для спілкування іноземними мовами, комп'ютерні центри, інші об'єднання за інтересами. Недостатньо уваги роботі з підлітками та молоддю приділяє місцева влада.

Зважаючи на вищевикладене, на нашу думку, основними проблемами, що спричиняють інформаційне перевантаження підлітків і молоді віком від 15 до 20 років є:

- перевантаженість та недостатня професійна орієнтованість освітніх програм у коледжах;
- відсутність умінь для роботи з інформацією та соціальними мережами;
- недостатня мотивація та професійна орієнтація;
- відсутність альтернатив гаджетам та розвагам в інтернеті.

Підвищена стомлюваність, агресивність, збудливість, напади гніву й дратівливості, відсутність апетиту, панічні й депресивні стани, нав'язливий страх, погіршення працездатності мозку та пам'яті, загострення хронічних захворювань – це неповний перелік наслідків від інформаційного перевантаження, який знаходимо у наукових джерелах. Однозначно, що такі симптоми негативно впливатимуть на формування

професійних компетентностей майбутнього фахівця. На нашу думку, з часом проблема інформаційного перевантаження молоді буде лише загострюватися. Зважаючи на це, уже сьогодні на державному рівні варто вживати заходи задля усунення цього явища.

Причини інформаційного перевантаження вимагають розділити ці заходи на дві групи: дії держави й суспільства та власні дії молодої людини.

З боку держави й суспільства необхідно удосконалити зміст професійної підготовки в коледжах. Насамперед це зменшення кількості навчальних дисциплін, що одночасно вивчаються, та збільшення обсягу професійно-практичної підготовки у порівнянні із загальною.

Звичайно, значній кількості молодих людей буде дуже важко впоратися зі спокусами, які постійно з'являються в інформаційних потоках інтернету. Вимогою часу сьогодні є введення в закладах освіти спеціального курсу, що формуватиме вміння роботи з інформацією.

Уведений курс буде покликаний розвивати в молодій людини вміння ставити перед собою пріоритетні цілі, що вимагають дотримання черговості своїх дій, формувати навички роботи з різною інформацією, а в першу чергу з інтернетом та соціальними мережами, а також уміння дозувати час на роботу з гаджетами.

На державному рівні необхідно також реалізувати програми зайнятості підлітків і молоді, що будуть спрямовані на відкриття клубів за інтересами, центрів спілкування тощо.

Почуття пригніченості, страху, роздратування та незначущості – дуже поширені наслідки, спричинені інформаційним перевантаженням. Усесвітня мережа наповнена технологіями та інструментами, що дозволяють маніпулювати свідомістю й діями кожної людини. Єдиним способом подолання молоддю негативних впливів, що спричиняються безкінечними об'ємами інформації, є вміння правильно оцінки та опрацювання інформації, а також наявність можливостей для альтернативної діяльності. За змістом вищесказаного можна стверджувати, що для цього необхідно

*на рівні держави й суспільства:*

- зменшити обсяг загальної підготовки на користь більшої професійної спрямованості освітніх програм у коледжах;
- увести в освітні програми підготовки в закладах фахової передвищої освіти навчальні курси, спрямовані на формування компетентностей роботи з інформацією;
- забезпечити наявність програм для самореалізації підлітків і молоді у вільний час;

*кожній молодій людині:*

- ставити перед собою пріоритетні цілі, що визначатимуть зміст діяльності;
- дотримуватися режиму дня;
- забезпечити для себе повноцінний активний відпочинок та сон;
- дозувати час роботи з носіями інформації.

Розвиток покоління, що завтра буде майбутнім нашої держави, безпосередньо залежить від того, чи будуть ужиті заходи щодо формування в підлітків та молоді вміння жити в інформаційному суспільстві. Це мають усвідомити в державних інституціях. Молодому ж поколінню варто зрозуміти, що те, як ми оперуємо інформацією та своїм часом сьогодні, визначає перспективи для повноцінного та забезпеченого завтра.



Питання інформаційного перевантаження сучасної людини з часом набиратиме дедалі більшої актуальності. Особливо перспективною для подальших розвідок є проблема інформаційного перевантаження студентів, що здобувають освіту в коледжах.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Вінниченко К. Інформаційний вибух. Prezi. URL: <https://prezi.com/vhdkzqoljcg/presentation/?fallback=1> (дата звернення: 10.01.2021).
2. Грабовська С. Л., Мусаковська О. М. Інформаційне перевантаження: психологічний ракурс. *Psychological Journal*. URL: <https://www.apsijournal.com/index.php/psyjournal/article/download/1019/625/> (дата звернення: 10.01.2021).
3. Дзьобан О. П., Мануйлов Є. М. Інформаційна і національна безпека. *Інформація і право*. 2017. № 1(20). С. 74–81
4. Інформаційне перевантаження. Вікіпедія. URL: [https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%86%D0%BD%D1%84%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%B0%D1%86%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B5\\_%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D1%82%D0%B0%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%86%D0%BD%D1%84%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%B0%D1%86%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B5_%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D1%82%D0%B0%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F) (дата звернення: 10.01.2021).
5. Картрайт А. Три способи витримати інформаційне перевантаження. *Media Sapiens*. URL: <https://ms.detector.media/how-to/post/13163/2015-04-30-try-sposoby-vytrymaty-informatsiynе-perevantazhennya/> (дата звернення: 10.01.2021).
6. Михальченко І. Інформаційне перевантаження: як не перевтомити мозок. Профспілка працівників освіти України. URL: <https://pon.org.ua/novyny/8267-nformacyne-perevantazhennya-yak-ne-perevtomiti-mozok.html> (дата звернення: 10.01.2021).
7. Hemp P. Death by Information Overload. *Harvard Business Review*. URL: <https://hbr.org/2009/09/death-by-information-overload> (дата звернення: 10.01.2021).
8. Solis B. Information Overload, Why it Matters and How to Combat It. *Interaction Design Foundation*. URL: <https://www.interaction-design.org/literature/article/information-overload-why-it-matters-and-how-to-combat-it> (дата звернення: 10.01.2021).

### REFERENCES

1. Vinnychenko, K. Informatsiyni vybukh. Prezi. URL: <https://prezi.com/vhdkzqoljcg/presentation/?fallback=1> [in Ukrainian].
2. Hrabovska, S. L., Musakovska, O. M. Informatsiine perevantazhennia: psykholohichni rakurs. *Psychological Journal*. URL: <https://www.apsijournal.com/index.php/psyjournal/article/download/1019/625/> [in Ukrainian].
3. Dzioban, O. P., Manuilov, Ye. M. Informatsiina i natsionalna bezpeka. *Informatsiia i pravo*. 2017. № 1(20). С. 74–81 [in Ukrainian].
4. Informatsiine perevantazhennia. Vikipediia. URL: [https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%86%D0%BD%D1%84%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%B0%D1%86%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B5\\_%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D1%82%D0%B0%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%86%D0%BD%D1%84%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%B0%D1%86%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B5_%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D1%82%D0%B0%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F) [in Ukrainian].
5. Kartrait, A. Try sposoby vytrymaty informatsiine perevantazhennia Media Sapiens. URL: <https://ms.detector.media/how-to/post/13163/2015-04-30-try-sposoby-vytrymaty-informatsiynе-perevantazhennya/> [in Ukrainian].
6. Mykhalchenko, I. Informatsiine perevantazhennia: yak ne perevtomyty mozok. Profspilka pratsivnykiv osvity Ukrainy. URL: <https://pon.org.ua/novyny/8267-nformacyne-perevantazhennya-yak-ne-perevtomiti-mozok.html> [in Ukrainian].
7. Hemp, P. Death by Information Overload. *Harvard Business Review*. URL: <https://hbr.org/2009/09/death-by-information-overload>.
9. Solis, B. Information Overload, Why it Matters and How to Combat It. *Interaction Design Foundation*. URL: <https://www.interaction-design.org/literature/article/information-overload-why-it-matters-and-how-to-combat-it>