

ІНФОРМАЦІЙНЕ ЗДОРОВ'Я НАСЕЛЕННЯ ПІД ЧАС КАРАНТИНУ ДЛЯ ЗАПОБІГАННЯ ПОШИРЕННЮ НА ТЕРИТОРІЇ УКРАЇНИ КОРОНАВІРУСУ COVID-19

Є.І. Кузіна

Криворізький державний педагогічний університет kuzinaevge@gmail.com

Науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент І.М. Шаповал

Нам доводиться констатувати, що через пандемію коронавірусу COVID-19 з 12 березня по 24квітня 2020 року в Україні встановлено карантин для запобігання поширенню інфекції. Такі заходи безпеки передбачають, що громадяни обмежені у пересуванні та переважну більшість часу знаходяться вдома. Проте підтримання соціальних зв'язків, інформування громадян і навіть налагодження навчального та робочого процесів стало можливим завдяки розповсюдженню в країні інформаційно-комунікативних технологій (ІКТ) [0]. Створено умови, за яких населення країни має змогу отримувати оперативну докладну інформацію з усієї планети, від різних джерел. Норвезький антрополог Т. Еріксен зауважує, що «найнеобхідніше вміння в інформаційному суспільстві полягає в захисті себе від 99,99% пропонованої інформації, якої людина не хоче» [**Ошибка! Неизвестный аргумент ключа.**, с. 30]. Ми прагнемо з'ясувати, чи здатна людина захистити себе від надмірної інформації в нетипових для неї умовах. Отже, мета статті полягає в дослідженні стану інформаційного здоров'я українців під час карантину для запобігання поширенню на території України коронавірусу COVID-19.

Спираючись на Закон України «Про Основні засади розвитку інформаційного суспільства» [0] та загальносвітові тенденції, ми дотримуємося думки, що сучасне суспільство знаходиться на стадії інформаційного розвитку. Законом передбачено створення умов, за яких «кожен міг би створювати й накопичувати інформацію та знання, мати до них вільний доступ, користуватися та обмінюватися ними» [0]. Окрім того, Закон зауважує на «мінімізації негативного інформаційного впливу та наслідків функціонування

ІКТ; недопущення незаконного розповсюдження, використання і порушення цілісності інформації»[0]. Таким чином, технології мають як позитивні наслідки, так і негативні. Тому є гальмна необхідність впровадження методів інформаційної гігієни. Інформаційна гігієна – система знань, що вивчає закономірності впливу інформації на формування, функціонування, стан психічного, фізичного і соціального благополуччя людини та соціуму, що розробляє заходи з оздоровлення навколишнього інформаційного середовища [Ошибка! Неизвестный аргумент ключа., с.177]. Це допомога щодо розрізнення первинної та вторинної інформації, життєво необхідної та неважливої. Методами захисту від агресивної, фейкової, надокучливого контенту є встановлення блокувальників реклами, заборона на автоматичні розсилки, підбір своєї власної картотеки новин, захист особистих даних тощо.

Наявність негативного впливу ІКТ на людину вже неодноразово обґрунтовувалась і продовжує досліджуватись в усьому світі. Так, встановлена позитивна кореляція між залежністю від смартфона та депресією [0]. Користування смартфонами дійсно є зручним і розповсюдженим засобом комунікації. Проте щоденне та майже цілодобове його застосування створює бар'єр між особами в соціумі, відгороджує людей одне від одного і, як результат, спричиняє розлади депресивного та тривожного характеру [0]. Окрім того, доведено негативний вплив і на фізичний стан людини. Зокрема, «A Nature Research Journal» у 2018 році, публікує дослідження в якому аргументується погіршення зору через надмірне споглядання на синє світло смартфона [0].

Також слід зауважити, що важливим є не лише кількість часу перед екраном, а й кількість опрацьованих мозком даних. «Коли існує надмір, а не дефіцит інформації, ступінь розуміння спадає прямо пропорційно до зростання кількості інформації» (Т. Еріксен [0, с. 170]). Якщо через надмір інформації страждає пізнавальна та психічна діяльність, то постає питання цілісності здоров'я людини. У зв'язку з цим О. Єр'омінім було введено поняття інформаційного здоров'я. Воно визначається як «частина загального стану

психічного, фізичного і соціального благополуччя, яка формується і залежить від інформації, гігієнічності інформаційного середовища» [0, с. 180].

Говорити про гігієнічність інформації можливо спираючись на певні критерії[0, с. 188]. Серед них: кількість, якість, цінність, свобода, які мають полярні характеристики (рис.1). Критерій кількості вважається найбільш показовим та актуальним в умовах сучасного суспільства. Для виявлення його значущості слід з'ясувати, скільки разів людина звертається до ІКТ та скільки часу приділяє перегляду новин, програм, серіалів тощо. Окрім того, сюди додано персональний захист від зайвого контенту, дотримання засобів інформаційної гігієни.



Рис. 1. – Критерії гігієнічності інформації

Говорячи про якість інформації, О. Єрмоїна акцентує увагу на позитивному та негативному векторах. За умови, що баланс між цими полюсами витримано, людина має загалом стабільний настрій та здоровий глузд. Оцінити якість інформації можливо за емоційним станом особистості, за її здатністю відволікатись від негативу, критично оцінювати ситуацію. Доцільним буде зважати на ті чи ті технологічні засоби подання інформації. Адже, як вже було зазначено, залежність від смартфона спричиняє депресію, а телебачення пропонує «відредаговану» дійсність, повідомляє вузький погляд на події.

Критерій цінності інформації передбачає свідоме проживання ситуації особистістю. На цьому етапі ми досліджуємо, чи розуміє людина власні цінності, чи здатна перевіряти, відмежувати, обирати, аналізувати канали доступу до інформації. Важливим є вміння зосередитись на особистих уподобаннях, відчувати себе у реальному світі та часі, а не у віртуальному.

Бажання і можливість ділитись своїми думками з оточенням, легкість пошуку необхідного контенту та конфіденційність даних – це внутрішнє наповнення критерію свободи інформації. В рамках свободи та несвободи існує найбільша кількість суперечностей та проблемних питань. Досі неможливо визначити межу між полюсами вільної та обмеженої інформації, відкритого і закритого доступу. В цьому випадку ми приймаємо за норму той стан людини, в якому вона почуває себе комфортно.

Підсумуємо подані вище аргументи. Інформаційно здорова людина характеризується такими ознаками:

- не більше 25% вільного від роботи часу присвячено ІКТ;
- перевірка інформації на правдивість;
- цілеспрямованість пошуку інформації;
- здатність відволікатись від негативу;
- вміння відмовлятися від реклами;
- стабільність настрою;
- залучення до актуальних подій;
- захопленість «живими» видами діяльності;
- свідоме прийняття рішень.

Ми провели дослідження, в якому проаналізовано стан інформаційного здоров'я згідно з зазначеними критеріями. Здійснено опитування¹ українців, в період 18-22 березня 2020 року, коли громадяни тільки-но зіткнулись з невідомим, опинились в надзвичайних обставинах ізоляції в умовах карантину. Існує припущення, що в такі моменти люди схильні панікувати, і, як демонструє

¹<https://docs.google.com/forms/d/1nd7ZSj9j4Crf77l6MftroAwwCq7S7wOGShrddgSA-Sw/edit>

опитування, активно використовувати ІКТ для пошуку відповідей на питання, що хвилюють.

Було опитано 103 особи віком від 20 до 60 років, які мешкають в наступних містах: Дніпро, Ірпінь, Київ, Кривий Ріг, Миколаїв, Очаків, Харків. За даними опитування 50,5% респондентів перейшли на новий (дистанційний) формат роботи, і мають більше вільного часу. В результаті опитування було виявлено, що деякі з респондентів стурбовані інформованістю громадян щодо розповсюдження інфекції, особливо знаннями людей зрілого віку. Очевидно, що це пов'язано із зоною ризику захворюваності коронавірусом COVID-19, до якої належать люди похилого віку та особи з хронічними захворюваннями. Тому для з'ясування вікових відмінностей у ставленні до інформації було здійснено порівняльний аналіз відповідей груп досліджуваних (табл. 1). У групу «Молодь» було включено 60 респондентів віком від 20 до 30 років, до групи «Дорослі» – 43 респонденти віком від 31 року. Питання, які були поставлені респондентам, відтворюють сутність певного критерію оцінки інформаційного здоров'я.

Таблиця 1.

Порівняльний аналіз відповідей молодих і дорослих респондентів

Критерій інформаційного здоров'я	Питання опитувальника	Усі респонденти %	Молодь (20-30 р.) %	Дорослі (31-60 р.) %
Кількість	Збільшили час в Інтернеті	44,7	46,6	41,8
	Переглядали новини більше 10 разів на день	11,6	15	6,9
Якість	Використовують Інтернет в смартфоні для перегляду новин	86,4	90	81,4
	Використовують телевізор для ознайомлення з новинами	20,4	21,6	20,9
	Зберігають спокій і загартовуються знаннями	56,3	53,3	60,4
	Логічно та критично оцінюють ситуацію	50,5	55	30,2
Цінність	Надають перевагу новинам з офіційних сайтів МОЗ, ВОЗ	76,7	78,3	74,4

	Піддають сумніву отриману інформацію та перевіряють на правдивість	59,2	58,3	55,8
	Присвячують вільний час активним видам діяльності	16,5	21,6	9,3
Свобода	Висловлюють свої думки в мережі Інтернет	50,3	53,3	46,5
	Вважають, що інформованості щодо хвороби недостатньо	73,7	75	72

На підставі теоретичного та експериментального дослідження можемо сформулювати наступні висновки.

1. Принципової різниці у відповідях молодих і зрілих респондентів не встановлено.
2. Попри надзвичайну ситуацію, більшість опитаних знаходяться в стані спокою та впевненості у власних діях.
3. Помічені суперечності між впевненістю у власних знаннях та невдоволеністю наявною інформацією щодо епідеміологічного стану.
4. Велика кількість осіб, які віддають перевагу користуванню смартфонами – це привід для занепокоєння та подальших досліджень.
5. Більш ніж половина опитаних надає перевагу офіційним джерелам та схильні перевіряти інформацію.
6. Наявність збільшення кількості часу, витраченого з ІКТ, спонукає до створення рекомендацій щодо інформаційної гігієни.

Напрямки подальшого вивчення проблеми інформаційної гігієни вбачаємо у розробці програми для профілактики інформаційного здоров'я.

Література:

1. Alhassan, A.A., Alqadhib, E.M., Taha, N.W. et al. The relationship between addiction to smartphone usage and depression among adults: a cross sectional study. BMC Psychiatry 18. 2018.
URL: <https://bmcp psychiatry.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12888-018-1745-4#Tab1>
(дата звернення: 27.03.2020).

2. Ratnayake, K., Payton, J.L., Lakmal, O.H. et al. Blue light excited retinal intercepts cellular signaling. Sci Rep 8.2018. URL: <https://www.nature.com/articles/s41598-018-28254-8> (дата звернення: 27.03.2020).

3. Еремін А.Л. Ноогенез и теория интеллекта. Краснодар, 2005. 356 с.

4. Еріксен Т.Г. Тиранія моменту: Швидкий і повільний час в інформаційну добу. Львів, 2004. 196 с.

5. Закон України «Про Основні засади розвитку інформаційного суспільства в Україні на 2007-2015 роки» № 12, ст.102 <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/537-16> (дата звернення: 25.03.2020).