

УДК 159.96::[159.93+159.942+159.95]:316.4
DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2023.16.11>

ОСОБЛИВОСТІ ІНФОРМАЦІЙНОГО ПЕРЕВАНТАЖЕННЯ СЕРЕД СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ У ВИМІРІ МЕДІАСПОЖИВАННЯ

Олена Мусаковська

*Львівський національний університет імені Івана Франка,
Вул. Університетська 1, м. Львів, Україна, 79000
e-mail: olena.musakovska@lnu.edu.ua*

У статті представлено результати емпіричного дослідження особливостей перевантаження інформацією серед студентів в умовах віртуального медіаспоживання соціальних мереж. Досліджено 322 особи, віком від 16 до 29 років. Використано методики «Шкала інформаційного перевантаження» (Ж.Вільямсон, К. Ікер та Дж. Лаунсбері, адаптація О. Мусаковська), «Шкала інтолерантності до невизначеності» (Н. Карлетон, адаптація Г. Громова), «Велика п'ятірка» (О. Джон, Л. Науман, С. Сото, адаптація В. І. Барко, В.П.Остапович, В. В. Барко), Brief COPE (Ч. Карвер, адаптація М. Кліманська, І.Галецька), «Шкали резильєнтності» (Дж. Малтбі, Л. Дей, С. С.Хол та С. Чіверс, адаптація М. Кліманська, І. Галецька), «Шкала психологічного благополуччя» (К. Ріфф, адаптація С. Карсканова) та авторська анкета. Застосовано кореляційний аналіз. Встановлено, що досліджувані є активними медіаспоживачами Instagram, TikTok та Telegram. В соцмережах у середньому на добу вони проводять понад 3 год, застосовуючи розважальну, комунікативну та інформаційно-пошукову мережеві практики. Досліджувані достатньо переживають інформаційне перевантаження, водночас відсутні статистично значущі взаємозв'язки цього феномену з показниками медіаактивності. Тому припускається, що настання інформаційного перевантаження у вимірі медіаспоживання стосується не стільки технічних параметрів конкретних соцмереж та їх функцій, скільки більше пов'язане з психологічними особливостями медіаспоживачів. Зокрема встановлено, що інформаційне перевантаження пов'язане з порушенням функціональних можливостей організму (фізичним здоров'ям, якістю сну, здатністю виконувати повсякденну життєву активність) та психічного стану (послабленням суб'єктності у контексті показників психологічного благополуччя щодо здатності управління середовищем, осмислення цілеспрямованості життя та самоприйняття). Також виявлено, що більш тривожні та інтолерантні до невизначеності досліджувані, які емоційніше реагують у несподіваних обставинах, більше здатні пережити перевантаження інформацією. Щодо поведінкових аспектів, інформаційне перевантаження пов'язане із емоційно-сфокусованою копінг-стратегією самозвинувачення та меншим рівнем технічної резильєнтності.

Ключові слова: інформаційне перевантаження, медіаспоживання, інтолерантність до невизначеності, нейротизм, психологічне благополуччя, резильєнтність, копінг-стратегії.

Постановка проблеми. На конференції Techonomy 2003, штат Каліфорнія, на першій панелі виступив генеральний директор Google Ерік Шмідт, який завив, що кількість інформації, яка створюється кожні два дні приблизно еквівалентна тій кількості, яка була створена між початок людської цивілізації та 2003 роком [1]. З активним розвитком віртуальних комунікацій за час пандемії COVID-19 у 2023 році з 8,1 мільярда людей на земній кулі 4,9 мільярда користуються соціальними мережами [2].

В Україні за результатами соціологічного дослідження, проведеного на замовлення Громадянської мережі ОПОРА з 11 травня до 12 червня 2023 року, щодо особливостей медіаспоживання на другому році повномасштабної війни, встановлено, що соціальні мережі залишаються ключовим джерелом новин з достатнім рівнем довіри до них [3].

Тому щоденне зростання інформаційних потоків віртуального простору та активного творення мережевого дискурсу посилює проблему інформаційного перевантаження сучасних медіакористувачів.

Мета виявлення особливостей перевантаження інформацією серед студентів в умовах віртуального медіаспоживання соціальних мереж.

Теоретичне підґрунтя дослідження. Інформаційне перевантаження розглядається як одна з провідних проблем сучасної суб'єкт-суб'єктної медіакомунікації та мультисенсорного сприймання [4].

Визначається як стан психічного напруження, що пов'язане з регуляторною функцією психіки в особистому інформаційному просторі індивіда, коли відбувається захисне блокування якісної інтелектуальної обробки надлишку вхідної інформації [5, с. 24].

У сучасному науковому дискурсі дослідники у контексті розвитку інформаційного перевантаження виділяють поряд з інформаційними чинниками (кількісними та якісними параметрами) власне психологічні особливості споживачів інформації у термінах «особистісні фактори» (personal factors, personal level) [6].

Розглядаючи інформаційне перевантаження крізь призму медіаспоживання соціальних мереж варто окреслити особливості медіаактивності. У мережевому дискурсі Н. Малєєва досліджуючи специфіку комунікації користувачів соціальних мереж, виокремила такі комунікативні інтернет-практики:

- інформаційну (обмін особистими повідомленнями з онлайн-друзями);
- пошукову (хаотичне блукання, пошук та розповсюдження інформації);
- коментування (висловлення особистої думки/ставлення/оцінки щодо прецеденту або інших користувачів);
- ділову (реалізація професійної діяльності, ведення справ через мережі);
- ігрову (обмін повідомленнями під час онлайн-ігор);
- розважальну (онлайн-знайомства, обмін аудіо, перегляд та обмін відео, фотографій) [7, с. 47-49].

У цьому дослідженні враховуючи специфіку феномену інформаційного перевантаження, уточнено поняття: «інформаційної» до «комунікативної» практики як обмін особистими повідомленнями з онлайн-друзями або публічними повідомленнями та «пошукової» до «інформаційно-пошукової» (пошук новин, потрібної інформації, перегляд новин). Не враховано ігрову комунікативну практику.

Методи та методики дослідження. Група досліджуваних представлена 322 особами, віком від 16 до 29 років ($M=17,99$; $SD=1,3$). За статевим розподілом – 295 жінок (91,6%) та 27 чоловіків (8,4%). Це студенти першого ($N=150$), другого ($N=98$) та третього ($N=74$) курсів, які навчаються на філософському ($N=292$) та філологічному факультетах ($N=30$).

Для емпіричного дослідження використано «Шкала інформаційного перевантаження» (Ж. Вільямсон, К. Ікер та Дж. Лаунсбері [8], адаптація О.Мусаковська), «Шкала інтолерантності до невизначеності» (Н. Карлетон, адаптація Г. Громова) [9], «Велика п'ятірка» (О. Джон, Л. Науман, С. Сото, адаптація В. І. Барко, В. П. Остапович, В. В. Барко) [10], Brief COPE (Ч. Карвер [11], адаптація М. Кліманська, І. Галецька), «Шкали резильєнтності» (Дж.Малтбі, Л. Дей, С. С.Хол та С. Чіверс [12], адаптація М. Кліманська, І.Галецька) та «Шкала психологічного благополуччя» (К. Ріфф, адаптація С.Карсканова) [13].

Також створена авторська анкета, яка містить соціально-демографічні показники, оцінку функціональних можливостей організму (фізичного здоров'я, якості сну, повсякденної життєвої активності) та показники медіаспоживання (рівень та особливості медіаактивності, час проведення у соцмережах, найбільш популярні соцмережі та месенджери щодо отримання інформації).

Статистична обробка результатів здійснювалась за допомогою програми Statistica 8 та використанням описової статистики, рангової кореляції за Спірменом.

Результати емпіричного дослідження. Встановлено, що досліджувані є активними медіаспоживачами, адже оцінюють власну медіаактивність достатньо високо ($M=7$; $SD=2,04$). У більшості в соціальних мережах у середньому на добу вони проводять понад 3 год: до 1 год – 1,6%; 1-3 години – 31,7%; 3-6 год – 43,8%; 6-8 год – 18%; більше 8 год – 4,9%. Серед соціальних мереж досліджувані обирають Instagram (38,5%), TikTok (36%), Telegram (15,8%), YouTube (9,6%), Twitter/X (2,5%) та Facebook (0,3%).

Щодо комунікативних інтернет-практик (див. рис. 1), у соцмережах респонденти у більшості застосовують розважальну ($M=6,6$; $SD=2,92$), комунікативну ($M=6,1$; $SD=2,85$), здійснюють пошук інформації ($M=5,8$; $SD=2,04$), менше використовують ділову ($M=3,6$; $SD=2,83$) та коментувальну ($M=3,3$; $SD=2,36$) практики.



Рис. 1. Особливості застосування мережових інтернет-практик серед студентів

Важливо зазначити, що попередньо визначені як найбільш популярні серед респондентів платформи Instagram та TikTok, за функціональними можливостями творення контенту (зокрема reels/відеороликів, швидкий обмін повідомленнями, фото) дозволяють медіаспоживачам максимально застосовувати відповідні мережові практики задля задоволення власних соціальних та пізнавальних медіапотреб.

Також найбільш популярним джерелом інформації серед месенджерів виділено Telegram (98,7%). Дійсно в умовах російсько-української війни Telegram став ефективним інформаційним ресурсом в оперативному отриманні актуальних новин.

Загалом досліджувані достатньо переживають перевантаження інформацією ($M=48,7$; $SD=10,57$). Важливо, що за результатами кореляційного аналізу не встановлено статистично значущих взаємозв'язків інформаційного перевантаження з показниками медіаактивності. Спостерігається лише дуже слабкий прямий зв'язок із практикою застосування пошуку інформації ($r=0,11$; $p<0,05$). Такі результати свідчать про те, що ймовірісне настання інформаційного перевантаження у вимірі медіаспоживання стосується не стільки технічних параметрів конкретних соцмереж, скільки більше пов'язане з психологічними особливостями медіаспоживачів.

Зокрема встановлено обернені високозначущі взаємозв'язки інформаційного перевантаження з показниками функціональних можливостей організму та психічного стану: задоволеністю фізичним здоров'ям, якістю сну, здатністю виконувати повсякденну життєву активність та психологічним благополуччям (див. табл. 1).

Таблиця 1

Коефіцієнти кореляцій між шкалою «Інформаційне перевантаження» та показниками функціональних можливостей організму та психічного стану для рівня значущості $p \leq 0,01$

Шкали	Коефіцієнт кореляції r-Спірмена зі шкалою «Інформаційне перевантаження»
Задоволеність власним фізичним здоров'ям	-0,3
Задоволеність якістю сну	-0,4
Здатність виконувати повсякденну життєву активність	-0,43
Психологічне благополуччя	-0,38

Тому що більше недостатня задоволеність базового рівня фізіологічних потреб, що створює умови обмеженого ресурсного стану індивіда, то швидше відбувається погіршення повноцінного функціонування організму, зокрема пізнавальної діяльності та перевантаження інформацією.

Щодо інтегрального показника психологічного благополуччя, то перевантаження інформацією має обернені помірні за силою кореляційні зв'язки з такими шкалами: «Управління середовищем» ($r = -0,43$, $p \leq 0,01$), «Цілі у житті» ($r = -0,31$, $p \leq 0,01$) та «Самоприйняття» ($r = -0,39$, $p \leq 0,01$). Отож інформаційне перевантаження супроводжується «об'єктивацією» індивіда, послабленням його суб'єктності та характеризується переживанням безсилля перед життєвими обставинами, низькою здатністю осмислювати власне життя та приймати як сильні, так і слабкі сторони.

Також виявлено прямі високозначущі взаємозв'язки інформаційного перевантаження з показниками емоційної сфери: гнітючою тривогою (субшкала інтолерантності до невизначеності) та нейротизмом (див. табл. 2).

Таблиця 2

Коефіцієнти кореляцій між шкалою «Інформаційне перевантаження» та показниками емоційної сфери для рівня значущості $p \leq 0,01$

Шкали	Коефіцієнт кореляції r-Спірмена зі шкалою «Інформаційне перевантаження»
Гнітюча тривога (субшкала інтолерантності до невизначеності)	0,41
Інтолерантність до невизначеності	0,36
Нейротизм	0,37

Важливо зазначити, що досліджувані мають помірний рівень інтолерантності до невизначеності ($M = 38,2$; $SD = 9,32$). Водночас отримані результати свідчать про те, що більш тривожні медіаспоживачі, які емоційніше реагують у несподіваних обставинах та ситуаціях невизначеності, більше переживають інформаційне перевантаження.

Встановлено взаємозв'язки інформаційного перевантаження з поведінковими показниками (див. табл. 3).

Зокрема пряма кореляція із таким показником копінг-стратегій як самозвинувачення ($r = 0,31$). Самозвинувачення ($M = 5$; $SD = 1,82$) як емоційно-сфокусована копінг-стратегія внутрішнього критика, який зосереджений на власних переживаннях. Також цікавим, є те що інформаційного перевантаження пов'язано із труднощами у здатності до легкого

й швидкого відновлення індивіда до попереднього функціонального стану після важких переживань. Тому такий зворотній взаємозв'язок феномену з технічною резильєнтністю ($r=-0,3$) може свідчити про патерн «застрягання» в афективному колі, що може посилювати переживання перевантаження психіки інформацією.

Таблиця 3

Коефіцієнти кореляцій між шкалою «Інформаційне перевантаження» та поведінковими показниками для рівня значущості $p \leq 0,01$

Шкали	Коефіцієнт кореляції r -Спірмена зі шкалою «Інформаційне перевантаження»
Самозвинувачення (субшкала копінг-стратегій)	0,31
Технічна резильєнтність	-0,3

Висновки та перспективи подальших досліджень. За результатами емпіричного дослідження респонденти є активними медіаспоживачами таких соціальних мереж як Instagram, TikTok та Telegram, де застосовують розважальну, комунікативну та інформаційно-пошукову мережеві практики задля задоволення власних соціальних та пізнавальних медіапотреб. Встановлено, що рівень переживання інформаційного перевантаження більше пов'язаний з психологічними особливостями медіаспоживачів, аніж медіаактивністю в конкретних соцмережах. Зокрема з порушенням функціональних можливостей організму та психічного стану, послабленням власної суб'єктності. Також виявлено, що більш тривожні та інтолерантні до невизначеності досліджувані із емоційно-сфокусованою копінг-стратегією самозвинувачення та меншим рівнем технічної резильєнтності більше здатні переживати перевантаження інформацією.

У перспективі подальших досліджень цікаво емпірично визначити психологічні чинники інформаційного перевантаження медіаспоживачів різних вікових категорій.

Список використаної літератури:

1. Seigler M. G. Every two day we create as much information as we did up to 2003. Techcrunch: website. URL: <http://techcrunch.com/2010/08/04/schmidt-data/> (Last accessed: 02.06.2023).
2. Shewale R. Social Media Users — Global Demographics (2023). Demand Sage: website. URL: <https://www.demandsage.com/social-media-users/> (Last accessed: 12.09.2023).
3. Медіаспоживання українців: другий рік повномасштабної війни. Опитування ОПОРИ. URL: <https://cutt.ly/EwjMeoLJ> (дата звернення: 27.08.2023).
4. Медіапсихологія: на перетині інформаційного та освітнього просторів: монографія / за наук. ред. Л. А. Найдьоновой, Н. І. Череповської. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Київ: Міленіум, 2014. 348 с.
5. Грабовська С. Л., Мусаковська О. М. Інформаційне перевантаження: психологічний ракурс. *Психологічний часопис: науковий журнал* / за ред. С. Д. Максименка. 2020. Т. 6, № 7. С. 18–29. DOI: 10.31108/1.2020.6.7.
6. Arnold M., Goldschmitt M. and Rigotti T. Dealing with information overload: a comprehensive review. *Frontiers in Psychology*. 2023. Vol. 14:1122200. DOI: 10.3389/fpsyg.2023.1122200.
7. Малєєва Н. С. Комунікативні інтернет-практики залежної від соціальних мереж молоді: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Київ, 2017. 184 с.
8. Williamson J., Eaker P. E. & Lounsbury J. The information overload scale. *Asist*. 2012.
9. Громова Г. М. Інструменти вимірювання толерантності до невизначеності. Адаптація тесту «Шкала інтолерантності до невизначеності» Н. Карлетона. *Наукові студії*

- із соціальної та політичної психології*. 2021. 47(50). С. 115–130. DOI: 10.33120/ssj.vi47(50).217.
10. Барко В. І., Остапович В. П., Барко В. В. Можливості використання «Опитувальника великої п'ятірки» психологами національної поліції України. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки*. 2018. Т. 2. № 3. С. 181–186.
 11. Carver C., Scheier M. & Weintraub J. Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal of personality and social psychology*. 1989. Vol. 56. P. 267–283. DOI: 10.1037//0022-3514.56.2.267.
 12. Maltby J., Day L., Hall S. S., & Chivers S. The Measurement and Role of Ecological Resilience Systems Theory Across Domain-Specific Outcomes: The Domain-Specific Resilient Systems Scales. *Assessment*. 2019. Vol. 26(8). P. 1444–1461. DOI: 10.1177/1073191117738045.
 13. Карсканова С. В. Опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф: процес та результати адаптації. *Практична психологія та соціальна робота*. 2011. Т. 1. С. 1–9.

THE PECULIARITIES OF INFORMATION OVERLOAD AMONG UNIVERSITY STUDENTS IN THE CONTEXT OF MEDIA CONSUMPTION

Olena Musakovska

*Ivan Franko National University of Lviv
1 Universytetska str., Lviv, Ukraine, 79000
e-mail: olena.musakovska@lnu.edu.ua*

The article presents the results of the empirical study of the peculiarities of information overload among university students in the conditions of virtual media consumption of social networks. 322 persons, aged 16 to 29 years, were studied. The methods used were the Information Overload Scale (J. Williamson, P. E. Eaker and J. Lounsbury, adaptation by O. Musakovska), The Intolerance of Uncertainty Scale (N. Carleton, adaptation by H. Gromova), The Big Five (O. John, L. Naumann, C. Soto, adaptation by V. I. Barko, V. P. Ostapovich, V. V. Barko), Brief COPE (Ch. Carver, adapted by M. Klimanska, I. Galetska), The Domain-Specific Resilient Systems Scales (J. Maltby, L. Day, S. S. Hall and S. Chivers, adaptation by M. Klimansky, I. Galetska), The Psychological Well-Being Scale (K. Ryff, adaptation by S. Karskanova) and the author's questionnaire. Correlation analysis was applied. It was established that the subjects are active media users of Instagram, TikTok and Telegram. On average, they spend more than 3 hours per day on social networks, using entertainment, communication and information search network practices. The subjects are experiencing information overload, while at the same time there are no statistically significant correlations between this phenomenon and indicators of media activity. Therefore, it is assumed that the onset of information overload in terms of media consumption is not so much related to the technical parameters and functions of the specific social networks, but to the psychological characteristics of media consumers. In particular, it was established that information overload is associated with a violation of the body's functional capabilities (physical health, sleep quality, the ability to perform daily life activities) and mental state (weakening of its subjectivity in the context of indicators of psychological well-being in terms of the ability to manage the environment, understanding the purposefulness of life and self-acceptance). It was also found that subjects who are more anxious and intolerant of uncertainty, who react more emotionally in unexpected circumstances, are more prone to experiencing information overload. Regarding the behavioral aspects, information overload is associated with the emotion-focussed coping strategy of self-blame and the lower level of engineering resilience.

Key words: information overload, media consumption, intolerance to uncertainty, neuroticism, psychological well-being, resilience, coping strategies.