

УДК159.99

DOI: 10.51522/2307-0382-2023-249-2-67-72

### МАРГАРИТА АНАТОЛЬЕВНА МАДОЯН

доцент Института Академии ФСИН России по кафедре психологии профессиональной деятельности в уголовно-исполнительной системе  
кандидат медицинских наук

✉ smb-m@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-8364-0673>

Рязань

### СМБАТ МХИТАРОВИЧ МАДОЯН

заместитель начальника организационно-научного отдела  
научного центра Академии ФСИН России,  
подполковник внутренней службы

✉ smb-m@yandex.ru

Рязань

## Информационная гигиена в интернет-пространстве как фактор стрессоустойчивости будущих сотрудников пенитенциарной системы

**Аннотация.** В статье обобщены и проанализированы новейшие научные данные о неблагоприятных эффектах информационного воздействия интернет-среды применительно к будущим сотрудникам пенитенциарной системы, которые являются, с одной стороны, представителями силовой структуры, с другой – частью поколения, никогда не жившего без интернета. Рекомендованы способы соблюдения информационной гигиены, препятствующие негативному влиянию интернет-контента. Предложены мероприятия по формированию и закреплению навыков информационной гигиены у курсантов пенитенциарных вузов.

Положения статьи могут быть использованы в учебно-воспитательном процессе подготовки сотрудников пенитенциарной системы.

**Ключевые слова:** информационная гигиена, информационное воздействие, интернет, эмоционально заряженная информация, курсанты, пенитенциарная система, силовые ведомства

#### Для цитирования

Мадоян М. А., Мадоян С. М. Информационная гигиена в интернет-пространстве как фактор стрессоустойчивости будущих сотрудников пенитенциарной системы // Ведомости уголовно-исполнительной системы. 2023. № 2. С. 67–72. <https://www.doi.org/10.51522/2307-0382-2023-249-2-67-72>.

Специфика службы в пенитенциарной системе всегда требовала от сотрудников высокой стрессоустойчивости [1], но в XXI веке помимо традиционных появились стрессоры интернет-пространства, необходимость противостоять которым значительно возрастает в пере-

ломные исторические периоды. Поэтому так высока актуальность предотвращения информационных и эмоциональных перегрузок вследствие нерационального пользования интернетом у сотрудников уголовно-исполнительной системы Российской Федерации. А формирование устойчивой

© Мадоян М. А., Мадоян С. М., 2023

**MARGARITA A. MADOYAN**

Associate Professor of the Institute of the Academy of the FPS of Russia in the Department of Psychology of Professional Activities in the Penal System, Candidate of Medical Sciences

✉ [smb-m@yandex.ru](mailto:smb-m@yandex.ru), <https://orcid.org/0000-0002-8364-0673>

Ryazan

**SMBAT M. MADOYAN**

Deputy Head of the Organizational and Scientific Department of the Scientific Center of the Academy of the FPS of Russia, Lieutenant Colonel of the Internal Service

✉ [smb-m@yandex.ru](mailto:smb-m@yandex.ru), <https://orcid.org/0000-0002-8364-0673>

Ryazan

---

## **Information hygiene in the Internet as a stress resistance factor of the penitentiary system future employees**

---

*Abstract.* In the article the authors summarize and analyze the latest scientific data on the adverse effects of the information impact of the Internet environment in relation to future employees of the penitentiary system, who, on the one hand, are representatives of the security forces, on the other, part of a generation that has never lived without the Internet. Methods for maintaining information hygiene are recommended to prevent the negative impact of Internet content. Measures for the formation and consolidation of information hygiene skills among cadets of penitentiary universities are proposed.

The provisions of the article can be used in the educational process of training employees of the penitentiary system.

*Keywords:* information hygiene, information impact, Internet, emotionally charged information, cadets, penitentiary system, law enforcement agencies

### **For citation**

Madoyan M. A., Madoyan S. M. Information hygiene in the Internet as a stress resistance factor of the penitentiary system future employees // *Vedomosti of the Penal System*. 2023. № 2. С. 67–72. <https://www.doi.org/10.51522/2307-0382-2023-249-2-67-72>.

---

резистентности к интернет-угрозам следует начинать одновременно с профессиональной подготовкой, а именно – на этапе обучения.

Современные курсанты относятся к поколению, которое появилось и выросло в эпоху интернета, а потому воспринимает виртуальную реальность как неотъемлемую, а порой и самую притягательную часть действительности [2], а телефон – как дополнительный орган чувств, связы-

вающий их с виртуальным миром. Отсюда, как показывают многочисленные научные исследования [2, 3, 4, 5], и высокие риски зависимости как от самого интернет-пространства, так и от проводящих в него технических устройств. При этом в образовательном процессе достаточно скудно представлены механизмы формирования компетенций и навыков безопасного функционирования в интернет-среде [6].

Между тем интернет-ресурсы, во-первых, ожесточенно конкурируют между собой за пользователя и просмотры, а во-вторых, используются для целенаправленного воздействия на определенные слои аудитории. Для решения задач по повышению конкурентноспособности и выполнения экономических, политических и прочих заказов интернет-площадками активно используются общеизвестные факты, там быстрее и лучше воспринимается эмоционально заряженная, краткая и яркая информация, и продуцируется эмоционально насыщенный, богато иллюстрированный и легко усвояемый контент. Это типичный интернет-контент. Информационные стимулы с такими характеристиками не способствуют осмыслению материала и его критической оценке, а побуждают к определенному поведению, единицей которого может быть, например, оставление комментария или репост. Комментарии, написанные под сиюминутным впечатлением, в свою очередь, поддерживают эмоциональный вектор исходного материала и оказывают дополнительное воздействие на новых читателей. В период военно-политических противостояний интернет-потоки становятся еще насыщеннее эмоционально-концентрированными и резонансными сюжетами.

Неконтролируемое потребление подобного информационного продукта оказывает существенное влияние на психологический профиль человека.

Наиболее значимое изменение когнитивной сферы – формирование так называемого клипового мышления. Клиповое мышление характеризуется восприятием информации фрагментарно – образами, отрывками, сценками. При таком типе мышления информационные потоки обрабатываются поверхностно, с высокой скоростью и с легким переключением между ними, затруднительны когнитивная переработка больших массивов данных, особенно делового характера, критический анализ и структурирование информационного материала [7].

Клиповое мышление является своего рода антиподом системного мышления, при котором информационные потоки тщательно фильтруются критическим анализом и структурированием материала, а глубокое погружение в массив данных замедляет скорость обработки и переключение между потоками информации.

Наиболее значимое изменение эмоциональной сферы при избытке эмоционально заряженной информации – эмоциональная перегрузка и возникновение дистресса с потенциальным переходом его в психическую или соматическую патологию [8].

Неблагоприятные изменения когнитивной и эмоциональных сфер, возникающие вследствие чрезмерного потребления типичного интернет-контента, усиливают друг друга. Так, клиповое мышление ориентировано на восприятие именно эмоционально окрашенной информации, значит, избыточная эмоциональная стимуляция будет продолжаться. А состояние эмоционального дистресса из-за нарушения нейроэндокринной регуляции еще больше ослабит когнитивные функции, в том числе критичность мышления [9], и снизит долгосрочность ориентаций [10]. В результате происходит негативная трансформация личности и жизненного пути индивида.

Причем, с учетом тотальной цифровизации и интеграции интернет-пространства во все сферы жизнедеятельности человека, риски неблагоприятных информационных воздействий в перспективе будут только нарастать.

Помимо вероятности видоизменений психологического портрета, общей для любых категорий граждан, необходимо учитывать следующий опасный факт: сотрудники силовых структур могут быть особой целью программного информационного воздействия [11]. Так, на основе анализа протестного движения последних лет в России социологами было выдвинуто предположение, что организаторы информационных атак на сотрудников силовых структур придерживаются определенного

алгоритма действий: дезориентация, затем деморализация, затем социальная дезинтеграция сотрудников [11].

Задача информационного воздействия на этапе дезориентации – лишить сотрудника эмоционального равновесия, чтобы воспрепятствовать беспристрастному анализу ситуации и увеличить возможность импульсивных и опрометчивых действий. На этапе деморализации – нивелировать патриотизм и гордость за профессию, взрастить и укрепить сомнения в справедливости своего дела в частности и всей службы в целом. На этапе социальной дезинтеграции – заставить сотрудника считать неприемлимым для себя выполнение служебных задач и способствовать их саботажу.

С учетом роста военно-политической напряженности в мире в ближайшей перспективе следует прогнозировать интенсификацию целевого информационного воздействия через интернет-ресурсы на представителей ведомств, обеспечивающих внутреннюю и внешнюю безопасность государства. При этом очевидно, что чем выше у сотрудников степень вовлеченности в интернет-пространство и эмоциональная лабильность и ниже способность к аналитическому системному мышлению, тем выше риск стать жертвой информационных манипуляций.

Однако помимо негативных эффектов доступность интернета и его неотъемлемость от повседневности обеспечивают и позитивные эффекты – комфорт и высокую продуктивность любой деятельности за счет ускорения и удобства обращения с информацией. Поэтому очень важно использовать возможности интернета продуктивно и безопасно, причем данное умение следует осваивать и тренировать как можно раньше, чтобы к началу самостоятельной служебной деятельности у сотрудника уже были закрепленные навыки информационной гигиены, защищающие и от общих рисков, и от направленного информационного манипулирования.

Мероприятия информационной гигиены должны быть направлены на фильтрацию и критическую оценку потоков данных.

Важнейшее мероприятие информационной гигиены – это целевое потребление информации, которое включает сформулированный запрос (какие данные, с каких ресурсов и в какие сроки следует найти) и действия, строго ему соответствующие. Целесообразно руководствоваться этим правилом и при любом другом виде деятельности, и во время досуга.

Также важно отказаться от источников, размещающих недостоверную информацию, вызывающих негативные эмоции, от интернет-оповещений о новых материалах (в пользу запланированного посещения заранее выбранных источников).

Необходимо дозировать информационную нагрузку, распределяя задачи так, чтобы периоды поступления информации чередовались с периодами ее созидания (научная, творческая деятельность, обработка данных) или физической активностью. В особом дозировании нуждается новостной контент, особенно в период социальных потрясений. Если изучение новостей не связано с производственным процессом, лучше лимитировать его одним-двумя сеансами в день, до или после работы.

Хорошей профилактикой интернет-зависимости и обусловленных ею информационной и эмоциональной перегрузок является здоровый образ жизни и активная жизненная позиция – они насыщают реальность собственными эмоционально-позитивными событиями и снижают ценность виртуального существования.

Для успешного формирования и закрепления навыков информационной гигиены у курсантов образовательных организаций пенитенциарной системы представляется целесообразным:

- освещение аспектов неблагоприятного влияния информационной среды интернета в рамках учебных дисциплин;

– систематическое акцентирование внимания обучающихся на данной проблеме в ходе воспитательной работы;

– периодические психологические исследования, направленные на выявление интернет-зависимости обучающихся в динамике;

– разработка программ психологической коррекции и профилактики с целью снижения потребности пребывания в интернет-пространстве.

Будущие сотрудники пенитенциарной системы представляют собой группу риска по неблагоприятному воздействию интернет-информации, так как во-первых, не имеют опыта жизни без интернета; во-вторых, как и все пользователи, подвержены рискам когнитивных и эмоциональных нарушений при чрезмерном потреблении типичного интернет-контента; в-третьих, как

представители силового ведомства, могут быть объектом целенаправленного информационного воздействия.

Для формирования высокой стрессоустойчивости при пользовании интернетом и нивелирования рисков неблагоприятного информационного воздействия необходимо развитие и закрепление навыков личной информационной гигиены до начала самостоятельной служебной деятельности – на этапе обучения.

С целью формирования привычки к информационной гигиене целесообразны актуализация данной проблемы в педагогической и воспитательной работе, психологические исследования в динамике степени вовлеченности курсантов в интернет-пространство, разработка и применение психологических программ профилактического и коррекционного воздействия.

1. Щербаков Г. В., Щербакова О. А. Влияние условий служебной деятельности на возникновение у сотрудников уголовно-исполнительной системы посттравматических стрессовых состояний // V международный пенитенциарный форум «Преступление, наказание, исправление» (приуроченный к проведению в 2021 году в Российской Федерации Года науки и технологий) : сб. тезисов выступлений и докладов участников : в 9 т. Рязань, 2021. С. 606–610.

2. Ненахов И. Г., Якимова И. А. Информационная гигиена детей и подростков // Научно-медицинский вестник Центрального Черноземья. 2019. № 78. С. 41–46.

3. Тушинова Ю. А., Басенкова О. А. Концептуализация понятия «интернет-зависимость» // Вестник науки. 2022. Т. 4. № 5. С. 235–242.

4. Кудряшова Е. А. Исследование интернет-зависимости у курсантов // Актуальные вопросы развития, социализации и реабилитации личности в современных условиях : сб. материалов Вторых межвузовских науч. студенческих чтений. Под редакцией Э. В. Зауторовой. 2020. С. 55–57.

5. Пикина Т. В., Полбицова К. С. Интернет-зависимость как особая форма девиантного поведения курсантов // Актуальные вопросы совершенствования Российского законодательства и деятельности уголовно-исполнительной системы : сб. науч. трудов. Владимир, 2019. С. 299–307.

6. Симакова Т. А., Гаврина Е. Е. Психологические особенности репутационно-правовых рисков потенциального саморазрушения обучающихся в киберпространстве // Человек: преступление и наказание. 2020. Т. 28. № 4. С. 630–638.

7. Колобаев В. К., Синицына Т. А. Клиповое мышление – новый этап в развитии мышления современных учащихся // Наукосфера. 2022. № 2-1. С. 57–62.

8. Колмогорцева А. А., Рыльская Е. А. Индивидуально-психологические особенности личности с интернет-зависимостью // Психология. Психофизиология. 2021. Т. 14. № 1. С. 14–22.

9. Мадоян М. А. К вопросу о взаимосвязи эмоциональных, когнитивных и физиологических процессов при стрессе // Текст : электронный // NovaInfo, 2022. № 134. С. 127–129. URL: <https://novainfo.ru/article/19384> (дата обращения: 10.12.2022).

10. *Ениколопов С. Н.* Информационное давление как источник стресса и снижения долгосрочных ориентаций // Социодиггер. 2021. Т. 2. № 9. С. 85–87.

11. *Беляев Л. С., Локнов А. И.* Особенности обеспечения информационной безопасности сотрудников ОВД в период проведения информационных войн // Информационная безопасность регионов России (ИБРР–2021) : материалы XII Санкт-Петербургской межрег. конф. Санкт-Петербург, 2021. С. 47–48.

---

1. *Shcherbakov G. V., Shcherbakova O. A.* The influence of working conditions on the occurrence of post-traumatic stress conditions among employees of the penal system // Vth International Penitentiary Forum "Crime, Punishment, Correction" (dedicated to the holding a Year of science and technology in the Russian Federation in 2021) : collection of abstracts of speeches and reports of participants : in 9 volumes. Ryazan, 2021. P. 606–610.

2. *Nenakhov I. G., Yakimova I. A.* Information hygiene as a necessary section of the hygiene of children and teenagers // Medical Scientific Bulletin of Central Chernozemye. 2019. No. 78. P. 41–46.

3. *Tushnova Yu. A., Basenkova O. A.* Conceptualization of the concept of "Internet addiction" // Bulletin of Science. 2022. V. 4. No. 5. P. 235–242.

4. *Kudryashova E. A.* Study of Internet addiction among cadets // Actual issues of development, socialization and rehabilitation of the individual in modern conditions : collection of materials of the Second interuniversity scientific student readings. Edited by E. V. Zautorova. 2020, P. 55–57.

5. *Pikina T. V., Polbitsova K. S.* Internet addiction as a special form of deviant behavior of cadets // Topical issues of improving Russian legislation and the activities of the penal system: Collection of scientific works. Vladimir, 2019. P. 299–307.

6. *Simakova T. A., Gavrina E. E.* Psychological features of reputational and legal risks of potential self-destruction of students in cyberspace // Man: Crime and Punishment. 2020. V. 28. No. 4. P. 630–638.

7. *Kolobaev V. K., Sinitsyna T. A.* Clip thinking is a new stage in the development of thinking of modern students // Naukosfera. 2022. No. 2-1. P. 57–62.

8. *Kolmogortseva A. A., Rylskaya E. A.* Individual psychological characteristics of a person with Internet addiction // Psychology. Psychophysiology. 2021. V. 14. No. 1. P. 14–22.

9. *Madoyan M. A.* On the relationship between emotional, cognitive and physiological processes under stress // Text: electronic // NovalInfo, 2022. No. 134. P. 127–129. URL: <https://novainfo.ru/article/19384> (date of access: 12/10/2022).

10. *Enikolopov S. N.* Information pressure as a source of stress and reduction of long-term orientations // Sociodigger. 2021. Vol. 2. No. 9. P. 85–87.

11. *Belyaev L. S., Loknov A. I.* Features of ensuring information security of police officers during information wars // Information security of regions of Russia (ISRR-2021) : materials of the XII St. cross reg. conf. St. Petersburg, 2021, P. 47–48.

