

ВЛИЯНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ НА УМЕНЬШЕНИЕ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ КОНЦЕНТРАЦИИ ВНИМАНИЯ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ

Бакыт Мади

Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники
г. Минск, Республика Беларусь

Козел В.И. – к.п.н., доцент

Научная работа содержит краткую информацию о влиянии социальных сетей на концентрацию внимания. Раскрываются причины уменьшения ее продолжительности, а также влияния на образовательный процесс.

Под продолжительностью концентрации внимания понимают среднее время удержания информации о каком-либо объекте в кратковременной памяти. Концентрация внимания вместе с устойчивостью, объемом и переключаемостью влияет на возможность запоминать информацию человеком.

Внимание – это избирательная направленность нашего чувственного восприятия на конкретный объект. Внимание помогает зафиксировать объекты в нашей краткосрочной памяти, характеризующейся ограниченным временем хранения информации и количеством удерживаемых элементов [1]. В этом и заключается главная роль внимания для запоминания информации. Чем сильнее и длительнее концентрация на объекте, тем лучше он запоминается. К примеру, у многих людей есть проблема с запоминанием имен при первом знакомстве с человеком. Чтобы запомнить имя следует просто немного подумать о нем, попытаться мысленно написать его, а также вспомнить или придумать несколько модификаций имени.

С другой стороны, попытка запомнить большой объем информации, как, например, необходимо студентам ВУЗов за достаточно короткий промежуток времени, может стать проблемой для людей с низкой продолжительностью внимания, так как частое переключение между объектами негативно влияет на процесс сохранения информации.

Самыми популярными социальными сетями и сайтами, являются YouTube и Facebook. Они занимают первую и вторую позицию соответственно. Не менее популярным является TikTok, входящий в топ 10 [2]. Согласно последним данным, они содержат большое количество контента, рассчитанное на быстрое восприятие. При этом средняя продолжительность концентрации внимания за последние 15 лет уменьшилась почти на 30% [3]. По большей части это связано с тем, что предоставляемый видео-контент в интернете заметно уменьшился по продолжительности по сравнению с более ранними годами существования социальных сетей. Так, средний размер видео в TikTok колеблется в интервале от 21 до 34 секунд [4], и остальные социальные сети создают похожие сервисы, как например «YouTube Shorts» и «Facebook Reels».

Такое негативное влияние на внимание человека сильно заметно в процессе обучения. Учителя и преподаватели отмечают, что студенты сосредоточено выполняют задания лишь на протяжении 13-15 минут, после чего переключаются на другие задачи [5]. Процесс обучения, основанный на переключении задач за кратковременные промежутки, показывают хорошие результаты, как в запоминаемости материала учениками, так и их поведении на занятиях, однако такая методика не подходит для 90 минутного формата лекционных занятий, в котором преподаватель просто физически не может уделять внимание каждому слушателю.

Согласно результатам эксперимента, проведенного профессорами химии [6], с различными подходами проведения лекционных занятий, было выявлено, что перерывы на вопросы раз в 10-15 минут в начале лекции и раз в 3-4 минуты в конце лекции значительно увеличивает вовлеченность студентов в процесс образования. И это повышает среднюю успеваемость. К сожалению, большинство преподавателей читают лекции монотонно, не вовлекая в этот процесс студентов.

Учитывая, что влияние интернета на молодежь уменьшить не представляется возможным, а игнорирование тенденции снижения концентрации внимания лишь негативно влияет не только на успеваемость студентов, но и на общий ход образовательного процесса (студентам больше приходится учиться самим), мы предлагаем преподавателям и учителям пересмотреть методику преподавания дисциплин. Помимо перераспределения времени на отдельные виды деятельности на самом занятии, использовать социальные сети и различные электронные платформы для обучения, что является на сегодняшний день наиболее привычным и удобным вариантом получения информации для современной молодежи.

Список использованных источников:

1. Память и внимание / Режим доступа: <https://4brain.ru/memory/vnimanie-i-vpechatlenie.php>. –
2. Top Social Media Sites, статистика / Режим доступа: <https://buffer.com/library/social-media-sites/>. –
3. Human Attention Span / Режим доступа: <https://www.wyzowl.com/human-attention-span>. –
4. How long are TikTok videos / Режим доступа: <https://sociality.io/blog/tiktok-video-length>. –
5. Structuring Your Class / Режим доступа: <https://resilienteducator.com/classroom-resources/short-attention-span-class-structure/> –
6. The Truth about Decreasing Attention Span / Режим доступа: <https://www.euruni.edu/blog/the-truth-about-decreasing-attention-spans-in-university-students/> – Дата доступа: 01.10.2022.