

ЧЕЛОВЕК В ЖУРНАЛИСТИКЕ. ЖУРНАЛИСТИКА В ЧЕЛОВЕКЕ.

ОПЫТ МЕДИАПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

Ю. А. Вербицкая

Статья освещает проблемы информационной безопасности в массовой коммуникации. В частности, приводятся результаты медиапсихологического исследования, посвященного стрессогенному влиянию СМИ на представителей журналистской профессии.

Ключевые слова: информационная безопасность, массовая коммуникация, медиапсихология, стрессогенное влияние журналистики

Стаття освітлює проблеми інформаційної безпеки у масовій комунікації. Наведено результати медіапсихологічного дослідження, яке присвячене стрессогенному впливу ЗМІ на представників журналістської професії.

Ключові слова: інформаційна безпека, масова комунікація, медіапсихологічна, стрессогенний вплив журналістики

The article examines the problems of informatoin security in mass communication. In particular, author describes the results of mediapshychological research, which is devoted to massmedia stress influence on journalists.

Key words: information security, mass communication, mediapshychology, stress factors of journalism

Современное общество принято называть информационным в силу объективных процессов, происходящих в массовой коммуникации: появления Интернета, новых информационных технологий, проникновения этих технологий во все сферы социальной действительности. Современная журналистика также разительно отличается от той, что была, к примеру, несколько десятилетий назад. Очевиден тот факт, что журналистика в современном информационном обществе преследует совсем не те цели, что были раньше, и приобретает совершенно другой характер. Это уже не информирование населения о «последних событиях в мире». Журналистика превращается в нечто большее. «Получается, что практически любой журналистский текст может теперь стать частью социальной практики, её, если хотите, функциональным элементом, который одним своим наличием вызывает существенные трансформации в общественной жизни. То, что читатели и даже журналисты в абсолютном большинстве этого как бы не осознают и не учитывают в собственных житейских коллизиях, не меняет существа дела» [1]. Соответственно, процессы, происходящие в массовой коммуникации, затрагивают не только привычную цепочку «СМИ – аудитория». Средства массовой коммуникации, по выражению философа М. Маклюэна, представляют собой «продолжение нервной системы» человека. А сама массовая коммуникация по определению – это «своеобразный психический процесс, обуславливающий восприятие и переработку информации на уровне коллективного сознания» [2]. Исследователи отмечают, что массовая коммуникация по своей сути является автокоммуникацией, специфической функцией самоорганизации целостного социального организма. Это значит, что массовой коммуникацией нельзя управлять, её нельзя контролировать, её нельзя избежать, просто выключив телевизор. Единственное, что можно с ней сделать – изучать её. Совсем недавно в современной науке появилась новая область – медиапсихология. Медиапсихология возникла как смежная наука – на стыке журналистики и психологии. «Влияние массовой коммуникации на психологические процессы становления и развития личности является еще одной важной проблемой медиапсихологии», – подчеркивает медиапсихолог Е.И. Пронина [2]. Именно в этом ключе и развивалось наше исследование.

Цель исследования – изучить стрессогенное влияние массовой коммуникации на представителей журналистской профессии. Проблемы стрессогенности журналистской профессии рассматриваются в науке о журналистике, в одной из её отраслей – медиапсихологии. Однако данная сторона журналистики является малоизученной. О влиянии средств массовой информации на общественное мнение, на психику аудитории, а тем более о влиянии профессии журналиста на самого журналиста информации крайне мало. Эта тема находится в стадии разработки. «...Именно психологическая сторона деятельности репортёра наименее известна и практически не исследована. Между тем, знание о возможных психологических затруднениях, барьерах и рисках является необходимым условием профессиональной состоятельности и личностной безопасности репортера – того, кто по роду своей деятельности непосредственно сталкивается с реальностью как она есть» [4]. Итак, наша главная цель – изучить психологические особенности профессии журналиста, а именно стрессогенность профессиональных переживаний.

Задачи исследования: выяснить, переживают ли журналисты свою профессию как стрессовую; какие именно профессиональные переживания журналисты относят к категории стрессовых; как журналисты справляются с этими стрессовыми переживаниями. **Актуальность исследования:** результаты исследования представляют определенный интерес непосредственно для профессиональных журналистов, которые в процессе работы сталкиваются со стрессовыми переживаниями и сложностями. «По статистике ЮНЕСКО

журналистика давно уже отнесена к числу профессий с самой короткой продолжительностью жизни. Это, действительно, одно из самых опасных занятий прежде всего в психологическом плане, потому что массовая коммуникация была, есть и будет одной из самых стрессогенных сфер человеческой жизнедеятельности» [3]. Для выявления перечисленных особенностей профессиональной деятельности журналиста была проведена исследовательская работа. Процедура исследования предусматривала следующие методики: тестирование, анкетирование, устное интервью и наблюдение. Состав испытуемых – 30 человек, из них – 11 мужчин, 19 женщин. Образование: 29 человек – высшее образование, 1 – средне-специальное. Специально для процедуры исследования была составлена авторская анкета из 10 вопросов. Вопросы касаются стрессогенности журналистской профессии и способов снятия этих стрессов. Заслуживают интереса следующие высказывания:

Качества, которые журналисты приобрели «благодаря» журналистике – истеричность, способность абстрагироваться от ситуации в качестве защиты от потоков информации, качества летчика-истребителя, полное бесстыдство, недоверие к людям.

Какие изменения, связанные с профессиональной деятельностью, происходят в вашей психике?

Абстрагирование от всего, форматирование психики, стремление наблюдать ситуацию извне, приобрела хватку бульдозера, а для женщины это нежелательно, душевная апатия к социальным проблемам, раздвоение личности. Большинство ответов – «не замечал», «никаких».

Самые стрессовые переживания

Постоянная спешка при подготовке материалов, страх не успеть сдать материал вовремя, агрессивный наплыв информации, не поддающийся обработке в отведенные короткие сроки, перегрузка информацией, эмоциональное напряжение, постоянный внутренний дискомфорт, вызванный недовольством и агрессией тех, о ком написан материал, испуг, волнение, бесконечный процесс написания букв.

Как справляются с усталостью?

Алкоголь, сон.

Расслабляется большинство представителей масс-медиа с помощью алкоголя и чтения.

Как профессия влияет на личную жизнь?

Нет личной жизни, это и есть личная жизнь, плохо влияет. Почему плохо влияет – забирает большую часть личной жизни, профессиональное отношение к действительности переносится в личную жизнь.

Журналистика – это работа или образ жизни?

«Образ жизни», – ответила половина опрошенных. Ответы второй половины разделились: «жизнь» и «работа и образ жизни».

Как журналистика влияет на здоровье?

Есть здоровье – нет журналистики. Одна треть ответила: плохо, потому что предполагает употребление алкоголя в больших количествах, появляются сердечно-сосудистые заболевания, влияет на желудок из-за невозможности нормально питаться, бессонница или сны о работе, неврозы, постоянное ощущение усталости, расшатывает нервы, гипотония.

Ответы показывают, что журналисты находятся в состоянии стресса, защищаются от негативных переживаний, специальными способами снятия напряжения не владеют, необходимыми для снятия стресса психологическими знаниями не обладают.

Большинство журналистов отдает себе отчет в том, что испытываемые ими и охарактеризованные как стрессовые переживания возникают в результате профессиональной деятельности. Также представители СМИ признаются, что практическими навыками психологии не владеют.

Процедура исследования предусматривала прохождение испытуемыми двух тестов – «Опросник депрессивности Бека» и «Шкала интенсивности профессионального стресса».

«Опросник депрессивности Бека» предназначен для выявления уровня депрессии. Как известно, депрессия является одним из последствий стресса. Чтобы выяснить, находятся ли журналисты, чья деятельность носит стрессовый характер, в состоянии депрессии, каждому из журналистов было предложено заполнить данный опросник.

По данным опросника, у 19 журналистов симптомы депрессии отсутствуют.

У 11 опрошенных – «умеренно выраженная депрессия».

Данные опросника депрессивности Бека позволяют сделать следующие выводы – журналисты испытывают чувство вины, страх, что они могут быть за что-то наказаны, часто испытывают раздражение, устают от работы, испытывают проблемы со сном, теряют сексуальный интерес. Эти данные можно привести в качестве подтверждения гипотезы о стрессовом характере журналистской профессии.

Минусы данного теста: он не защищен от преднамеренного обмана, влияния эталонов социальной желательности и установочного поведения. Опросник депрессивности Бека не содержит в себе контрольных шкал, которые бы позволили обнаружить преднамеренный обман.

В ходе исследования отчетливо проявился феномен социальной желательности. Заполняя тест, журналисты бессознательно пытались представить себя в лучшем свете. Они пользовались такими защитными механизмами, как вытеснение, подавление и отрицание.

Посему делать выводы, исходя из данных только одного опросника, представляется неэффективным.

Действительно ли эти 19 человек не испытывают депрессию, можно проверить, сопоставив эти данные с данными другого теста – «Шкалы интенсивности профессионального опыта», а также анкет и информацией, полученной в ходе наблюдения и устного интервью. Таким образом можно проследить несоответствия и противоречия данных разных опросников.

Из 19 человек такие несоответствия прослеживаются у большинства, что позволяет сделать определенные выводы – журналисты занижают свои показатели подобно представителям таких опасных профессий, как спасатели и пожарные. В результате этого снижается уровень рефлексии и самосознания.

Средние показатели депрессивности у разных групп населения: студенты – 8, 51, банковские служащие – 5, 74, пожарные – 4, 36, спасатели – 4, 15, сотрудники МВД – 3, 39, беженцы с посттравматическим расстройством – 18, 43, ликвидаторы с ПТСР – 17, 93.

Средние показатели депрессивности у журналистов – 6, 27.

Средние показатели депрессивности у журналистов говорят о том, что уровень компенсаторных механизмов психики у работников СМИ достаточно высокий для того, чтобы выдерживать стрессовые переживания. По-видимому, журналисты испытывают стресс меньшей интенсивности, чем представители таких профессий, как спасатели и пожарные, но если у спасателей и у пожарных переживания более яркие и кратковременные, то у журналистов они более длительные. В ходе исследования возникла идея провести параллель между профессиями военного и журналиста и с этой точки зрения выяснить степень профессиональной стрессовой нагрузки. Существует специальный тест, предназначенный для выявления стрессовой нагрузки у военных, – это «Шкала оценки интенсивности боевого опыта».

Эта «Шкала интенсивности боевого опыта» была модифицирована для профессии журналиста и названа «Шкалой интенсивности профессионального стресса». Данные «Шкалы интенсивности профессионального стресса» позволяют выявить уровень стрессовых переживаний у журналистов. Если исходить из полученных данных, то интенсивность профессионального стресса весьма высока. То есть можно предположить, что журналисты довольно часто испытывали стрессовые переживания и попадали в стрессовые ситуации в своей профессиональной деятельности.

Если сопоставить данные опросника депрессивности Бека с суммарными показателями «Шкалы интенсивности профессионального стресса», то получится следующая картина – по шкале Бека, которая является субъективной шкалой оценки своего состояния, журналисты набирают минимальные баллы, а по шкале интенсивности профессионального стресса, которая характеризует объективный стресс, те же самые опрашиваемые набирают показатели, близкие к максимальным. Это позволяет говорить о несоответствии данных объективной и субъективной оценки стресса.

Также были рассчитаны средние показатели интенсивности профессионального стресса. Средние показатели объективного стресса (по «Шкале интенсивности профессионального стресса») – 14,34. Средние показатели субъективного стресса (по шкале Бека) – 6,27. Расхождение показателей налицо, что позволяет сделать соответствующий вывод – журналисты бессознательно занижают показатели субъективного стресса, отрицая наличие у себя депрессивных симптомов, при наличии высоких показателей стресса профессионального.

Исследование стрессогенности журналистской профессии с помощью различных методов, таких, как тестирование, письменное анкетирование, устное интервьюирование, а также наблюдение, позволяет сформулировать следующие **выводы**: журналистика является стрессовой профессией; со стрессовыми переживаниями, возникающими в процессе профессиональной деятельности, журналисты самостоятельно не справляются; переживаемые стрессы неблагоприятно отражаются на работоспособности, психическом и соматическом здоровье журналистов; профессиональные навыки снятия стресса у журналистов отсутствуют; необходимыми психологическими знаниями представители журналистской профессии не обладают.

Особо существенно то, что большинство журналистов не осознает стрессогенности профессиональных переживаний. Что позволяет говорить о низком уровне рефлексии и самосознания у представителей СМИ.

Представляется целесообразным поставить вопрос о психологическом ликбезе [для] журналистов, чтобы представители журналистской профессии овладевали психологическими знаниями, необходимыми для успешной профессиональной деятельности, установления качественных межличностных отношений, а также сохранения психического и соматического здоровья. Также крайне важна необходимость создания специальных психологических служб снятия стресса в редакциях газет и телерадиокомпаний, по крайней мере в крупных. Необходимо разрабатывать тему стрессогенности журналистской профессии, проводить дальнейшие исследования в этой области, а также разрабатывать методики снятия профессионального напряжения у представителей журналистской профессии.

Литература:

1. Пронин Е.И. Психологические проблемы современной журналистики // Проблемы медиапсихологии. Материалы секции «Медиапсихология» Международной научно-практической конференции «Журналистика в 2000 году: Реалии и прогнозы развития», Москва, МГУ, 2001. Сост. – канд. психол. наук Пронина Е.Е. – М.: РИП-холдинг, 2002. – С.6.

2. Пронина Е.Е. Категории медиапсихологии // Проблемы медиапсихологии. Материалы секции «Медиапсихология» Международной научно-практической конференции «Журналистика в 2000 году: Реалии и прогнозы развития», Москва, МГУ, 2001. Сост. – канд. психол. наук Пронина Е.Е. – М.: РИП-холдинг, 2002. – С.146-150.
3. Пронина Е.Е. Предмет и задачи курса «Психология журналистского творчества» // Материалы к изучению курса «Психология журналистского творчества». – Москва: МГУ, 2000. – С. 23.
4. Пронина Е.Е. Психологические особенности творческой работы репортера: Учеб. пособие. – М.: Пульс, 2001.