

## ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ СЛУХОВ В ИНФОРМАЦИОННОЙ СРЕДЕ

Шокиров А С  
Соаталиев Ж А

Современные экспериментальные исследования психических процессов

**Аннотация:** В тезисе рассматривает влияние слухов на психологическое состояние человека в информационной среде. Авторы обращают внимание на полезность и вредность слухов, а также на их способность вызывать различные эмоции и повлиять на поведение людей. В статье представлены рекомендации по избежанию негативного воздействия слухов на психологическое состояние, в том числе на необходимость проверки информации на достоверность и сохранение спокойствия.

**Abstract:** The article examines the influence of rumors on the psychological state of a person in the information environment. The authors pay attention to the usefulness and harmfulness of rumors, as well as their ability to evoke various emotions and influence people's behavior. The article presents recommendations for avoiding the negative impact of rumors on the psychological state, including the need to check the information for accuracy and maintain calm.

Современный мир не представляет себе жизнь без информационных технологий. Мы постоянно находимся в информационном пространстве, где нам поступают разнообразные сообщения из различных источников. Одним

из таких источников являются слухи. Слухи могут оказывать значительное психологическое воздействие на человека, влиять на его эмоциональное состояние и поведение.

Слухи – это информация, которая передается из уст в уста, без проверки ее достоверности. Они могут быть как полезными, так и вредными. В первом случае они могут помочь людям получить необходимую информацию, например, о предстоящих событиях или изменениях в работе организации.

Во втором случае они могут привести к распространению ложной информации, которая может нанести вред как отдельному человеку, так

и обществу в целом.

Слухи могут вызывать у людей различные эмоции: от радости до страха. Например, если слухи говорят о прибытии долгожданного гостя, то это может вызвать у людей радость и волнение. Если же слухи говорят о приближающейся катастрофе или другом негативном событии, то это может вызвать у людей страх и тревогу.

Кроме того, слухи могут оказывать влияние на поведение людей. Слухи могут вызывать эмоциональные реакции, влиять на мнение и восприятие других людей, а также влиять на принятие решений. В зависимости от содержания слухов и контекста, они могут способствовать распространению страха, недоверия, межличностных конфликтов или дезинформации.

Например, если слухи говорят о том, что на улице опасно, то люди могут начать избегать выхода на улицу или принимать другие меры безопасности. Если же слухи говорят о том, что на работе происходят изменения, то это может привести к беспокойству и неопределенности у сотрудников.

Как избежать негативного воздействия слухов на психологическое состояние? Важно помнить, что слухи – это не всегда достоверная информация. Перед тем как поверить слухам, нужно проверить

их на достоверность. Также важно сохранять спокойствие и не паниковать при распространении негативной информации. Необходимо оценивать ситуацию объективно и принимать решения на основе фактов, а не слухов.

Чтобы избежать негативного воздействия слухов на психологическое состояние, можно применить следующие стратегии:

1. Проверяйте факты. Прежде чем поверить или распространять слухи, убедитесь, что информация достоверна.

2. Будьте критическими.

3. Поддерживайте открытый диалог. Если вы слышите слухи о ком-то или о чем-то, попробуйте получить дополнительную информацию от надежных источников или обратиться к самим заинтересованным лицам.

4. Самоконтроль. Не позволяйте слухам влиять на ваши эмоции и поведение. Оставайтесь объективными и сохраняйте здравый смысл.

5. Будьте осведомленными. Имейте доступ к достоверной информации и следите за актуальными новостями.

6. Будьте эмпатичными. Помните, что слухи могут нанести вред другим людям. Постарайтесь не распространять слухи, которые могут нанести кому-то вред или вызвать неправильное отношение к ним.

Сохранение здоровья слуха и психологического состояния связано с избеганием стресса и тревоги, практикой релаксации, поддержанием социальных связей и эмоциональным самоконтролем.

Таким образом, слухи могут оказывать значительное психологическое воздействие на человека. Они могут вызывать различные эмоции и повлиять на поведение. Чтобы избежать негативного воздействия слухов

на психологическое состояние, необходимо проверять информацию

на достоверность и сохранять спокойствие.

### СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Информационно-психологическая безопасность подростков: системно-психологический анализ Романова Е.С, Бершедова Л.И.

стр 26-38

2. Алексеева Ф.И. Педагог и психологическая безопасность образовательной среды школы // Научно-методический электронный журнал «Концепт», 2017. Т. 25 С. 160–162. URL: <http://e-koncept.ru/2017/770540.html> (дата обращения: 21.01.2018)

3. Андреева А.В. Духовность как основа технологии сопровождения образовательного процесса в целях обеспечения его психологической безопасности // Известия РГПУ им. А.И. Герцена, 2008.

4. Андреева Г.М. Социальная психология. М.: Наука, 2003. 229 с.

5. Астахова Л.В. Информационно-психологическая безопасность

в регионе: культурологический аспект // Вестник УрФО. Безопасность в информационной сфере, 2011. № 2. С. 40-47. Заявки участника конференции

1. Шокиров Азимхон Султонович и Соаталиев Жасурбек Ахроржонович.

2. Магистрант второго курса МО и свободный соискатель.

3. Роль информационно – психологической безопасности в формировании моральных ценностей.

4. +998330113977

5. [aliweraliwer025@gmail.com](mailto:aliweraliwer025@gmail.com)