

Избегание новостей и цифровая усталость в демассифицированном мире

Хазанов Даниил Геннадьевич

Выпускник (бакалавр)

Северо-Кавказский федеральный университет, Институт информационных технологий и телекоммуникаций, Кафедра информационных систем и технологий, Ставрополь, Россия

E-mail: super.hazanov@yandex.ru

В 1971 году Герберт Саймон обозначил концепцию экономики внимания, указав, что в информационно насыщенном мире внимание людей становится ключевым и ограниченным ресурсом [1]. Современный постиндустриальный мир, ассоциированный с обществом знания, характеризуется информационным изобилием и перегрузкой.

Цель тезисов — раскрыть связь между процессами демассификации и феноменами цифровой усталости и избегания новостей (news avoidance) в постиндустриальном обществе.

Избегание новостей широко распространено и в России. Согласно исследованию НИУ ВШЭ 2023–2024 гг. (около 6 тыс. респондентов), более 20% россиян сознательно ограничивают потребление новостного контента. Основные причины: негативное влияние на настроение (36,4%), избыток контента о политике (26,5%), усталость от новостей (26,1%), недоверие к медиа (25,3%) [3]. News avoidance тесно связано с синдромом цифровой усталости, который был описан Дэвидом Льюисом в 1996 году в исследовании «Dying for Information?» как процесс перегрузки нервной системы избытком информации, приводящий к психологическому и физическому истощению, «ступору» и невозможности дальнейшей обработки данных [4, 5].

Синдром проявляется в ряде признаков: думскролинг, FOMO (страх упустить важное), хронический стресс, бессонница, поверхностный анализ информации, «клиповое» мышление, снижение критического восприятия, раздражительность и выгорание [6–9].

Избегание новостей можно рассматривать как адаптационную стратегию к информационной перегрузке. Для понимания её глубинных причин значима концепция демассификации в постиндустриальном обществе.

Дэниел Белл в книге «Грядущее постиндустриальное общество» (1973) указал на возрастание роли теоретического знания как осевого принципа трансформации, переход от производства товаров к экономике услуг и усиление значения человеческого капитала [10]. В постиндустриальном обществе общественное производство зависит от качества человеческого капитала, а социальная структура всё больше определяется меритократическим расслоением: власть переходит к «классу знающих» — технократам, учёным, профессионалам [10, 11].

Специализация человеческого капитала становится следствием социальной конкуренции и разделения труда [15]. Индивиды ищут собственные ниши в «экосистеме производства», основанного на знании, избегая массовых стратегий. Чем уже область специализации, тем выше требования к социальному контексту производства соответствующего знания и тем дальше он отстоит от контекста «массового знания» [13, 14]. Таким образом, формируется «текущее общество» с высокой мобильностью и индивидуализацией стратегий информационного потребления [16].

Демассификация распространяется и на виртуальное измерение: люди переходят от массовых медиа к нишевым источникам (тематические сообщества, каналы, блоги), где они «на одной волне». Пользователи выступают «просьюмерами» (Тоффлер), производя

и потребляя специализированный социальный капитал в узких контекстах. Общее пространство массового дискурса сжимается, уступая место демассифицированным локальным взаимодействиям.

Именно здесь возникает связь с цифровой усталостью. Большие нарративы и массовая повестка теряют актуальность для производства специализированного знания. Разрыв между потребностью в узкоспециализированном контенте и наличием широких, многоканальных источников нерелевантной информации создаёт напряжение при фильтрации и становится фактором избегания новостей и накопления цифровой усталости. Особенно тяжёлым оказывается давление массовых медиа, предоставляющих низкорелевантный, но требующий внимания контент.

Это подтверждается данными исследования ВШЭ: избегающие новостей значительно реже потребляют международные, политические, местные, криминальные и экономические новости, тогда как темы культуры, здоровья, забавные и сатирические материалы остаются почти незатронутыми. Макроновости, наименее релевантные индивидуальному контексту, становятся главными триггерами усталости.

Таким образом, избегание новостей выступает индивидуальной адаптационной стратегией к информационной перегрузке нерелевантным контентом в условиях демассификации. Ограниченная способность человека обрабатывать информацию сталкивается с её изобилием и сохраняющимися широкими каналами массмедиа.

Перспективным инструментом снижения нагрузки представляется использование ИИ-чатов, позволяющих получать персонализированную информацию по запросу пользователя без контакта с массовыми потоками. Это может дополнительно ослабить роль традиционных СМИ в общественной коммуникации.

В заключение отметим, что демассификация человеческого капитала и связанных социальных контекстов в постиндустриальном обществе знания ведёт к специализации знания и медиапотребления. Информационное изобилие и сохраняющееся массовое вещание создают информационную перегрузку, вынуждая индивидов прибегать к избеганию новостей как к защите от цифровой усталости, а искусственный интеллект приобретает высокий адаптационный потенциал в демассифицированном обществе.

[1] Simon H. A. Designing organizations for an information-rich world [Электронный ресурс] // Computers, communications, and the public interest / ed. M. Greenberger. — Baltimore ; London : The Johns Hopkins Press, 1971. — P. 37–72. — URL:<https://web.archive.org/web/20201006235931/https://digitalcollections.library.cmu.edu/awweb/awarchive?type=file&item=3374> (дата обращения: 25.02.2026).

[2] Казун, А. Д. (2025). Избегание новостей или новостной минимализм: объясняющие факторы и соотношение понятий. *Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены*, (4), 97–119. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2025.4.2903>

[3]Theron J. C. Dying for information? An investigation into the effects of information overload in the UK and worldwide //South African Journal of Libraries and Information Science.1998.Т. 66. №. 1.

[4]Савић Д. Information Fatigue Syndrome and Digital Burnout // The Grey Journal (TGJ). 2023. Vol. 19, № 2. P. 95–101. [Электронный ресурс]. Режим доступа: https://www.researchgate.net/publication/371874527_Information_Fatigue_Syndrome_and_Digital_Burnout (дата обращения: 25.02.2026).

[5]Information fatigue syndrome [Электронный ресурс] // Word Spy. 1996. Режим доступа: <https://wordspy.com/words/information-fatigue-syndrome> (дата обращения: 25.02.2026).

[6]Satici S. A. et al. Doomscrolling Scale: its Association with Personality Traits, Psychological Distress, Social Media Use, and Wellbeing // International Journal of Mental Health and Addiction. — 2022. — (онлайн-версия). — [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http>

s://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9580444/ (дата обращения: 25.02.2026).

[7]Przybylski A. K., Murayama K., DeHaan C. R., Gladwell V. Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out // Computers in Human Behavior. 2013. Vol. 29, № 4. P. 1841–1848.

[8]Langer E. J. The illusion of control // Journal of Personality and Social Psychology. 1975. Vol. 32, № 2. P. 311–328. DOI: 10.1037/h0076161

[9]Белл Д. Грядущее постиндустриальное общество. Опыт социального прогнозирования / пер. с англ. под ред. В.Л. Иноземцева. М. : Academia, 1999. 782 с.

[10]Савченко В. В. Развитие теории человеческого капитала // Актуальные вопросы экономических наук. 2009. №6-2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-teorii-chelovecheskogo-kapitala> (дата обращения: 25.02.2026).

[11]Махлуп Ф. Производство и распространение знаний в США / пер. с англ. И. И. Дюмулена; вступ. ст. Г. В. Полуниной. М. : Прогресс, 1966. 462 с.

[12]Губанова Елизавета Олеговна Неявное знание: сущность и виды // Знание. Понимание. Умение. 2010. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/neyavnoe-znanie-suschnost-i-vidy> (дата обращения: 25.02.2026).

[13]Чанышев А. А. Социология знания Карла Маннгейма и методологические основания истории социально-политических идей [Электронный ресурс] // Вестник Томского государственного университета. Философия. Социология. Политология. 2024. № 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsiologiya-znaniya-karla-mangejma-i-metodologicheskie-osnovaniya-istorii-sotsialno-politiceskih-idej> (дата обращения: 25.02.2026).

[14]Дюркгейм Э. О разделении общественного труда / пер. с фр. А. Б. Гофмана ; примеч. В. В. Сапова. — М. : Канон, 1996. — 432 с.

[15]Бауман З. Текущая современность / пер. с англ. С. А. Комарова. СПб. : Питер, 2008. 240 с.

Источники и литература

- 1) Simon H. A. Designing organizations for an information-rich world [Электронный ресурс] // Computers, communications, and the public interest / ed. M. Greenberger. — Baltimore ; London : The Johns Hopkins Press, 1971. — P. 37–72. — URL:<https://web.archive.org/web/20201006235931/https://digitalcollections.library.cmu.edu/awweb/awarchive?type=file&item=33748> (дата обращения: 25.02.2026).
- 2) Newman N., Fletcher R., Eddy K., Robertson C. T., Nielsen R. K [Электронный ресурс] // Reuters Institute Digital News Report. URL: https://reutersinstitute.politics.ox.ac.uk/sites/default/files/2023-06/Digital_News_Report_2023.pdf (дата обращения: 25.02.2026).
- 3) Казун, А. Д. (2025). Избегание новостей или новостной минимализм: объясняющие факторы и соотношение понятий. Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены, (4), 97–119. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2025.4.2903>
- 4) Theron J. C. Dying for information? An investigation into the effects of information overload in the UK and worldwide // South African Journal of Libraries and Information Science. 1998. Т. 66. №. 1.
- 5) Савић Д. Information Fatigue Syndrome and Digital Burnout // The Grey Journal (TGJ). 2023. Vol. 19, № 2. P. 95–101. [Электронный ресурс]. Режим доступа: https://www.researchgate.net/publication/371874527_Information_Fatigue_Syndrome_and_Digital_Burnout (дата обращения: 25.02.2026).

- 6) Information fatigue syndrome [Электронный ресурс] // Word Spy. 1996. Режим доступа: <https://wordspy.com/words/information-fatigue-syndrome> (дата обращения: 25.02.2026).
- 7) Satici S. A. et al. Doomscrolling Scale: its Association with Personality Traits, Psychological Distress, Social Media Use, and Wellbeing // International Journal of Mental Health and Addiction. — 2022. — (онлайн-версия). — [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9580444/> (дата обращения: 25.02.2026).
- 8) Przybylski A. K., Murayama K., DeHaan C. R., Gladwell V. Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out // Computers in Human Behavior. 2013. Vol. 29, № 4. P. 1841–1848.
- 9) Przybylski A. K., Murayama K., DeHaan C. R., Gladwell V. Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out // Computers in Human Behavior. 2013. Vol. 29, № 4. P. 1841–1848.
- 10) Langer E. J. The illusion of control // Journal of Personality and Social Psychology. 1975. Vol. 32, № 2. P. 311–328. DOI: 10.1037/h0076161
- 11) Белл Д. Грядущее постиндустриальное общество. Опыт социального прогнозирования / пер. с англ. под ред. В.Л. Иноземцева. М. : Academia, 1999. 782 с.
- 12) Савченко В. В. Развитие теории человеческого капитала // Актуальные вопросы экономических наук. 2009. №6-2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-teorii-i-chelovecheskogo-kapitala> (дата обращения: 25.02.2026).
- 13) Махлуп Ф. Производство и распространение знаний в США / пер. с англ. И. И. Дюмулена; вступ. ст. Г. В. Полуниной. М. : Прогресс, 1966. 462 с.
- 14) Губанова Елизавета Олеговна Неявное знание: сущность и виды // Знание. Понимание. Умение. 2010. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/neyavnoe-znanie-suschnost-i-vidy> (дата обращения: 25.02.2026).
- 15) Чанышев А. А. Социология знания Карла Маннгейма и методологические основания истории социально-политических идей [Электронный ресурс] // Вестник Томского государственного университета. Философия. Социология. Политология. 2024. № 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsiologiya-znaniya-karla-mangejma-i-metodologicheskie-osnovaniya-istorii-sotsialno-politiceskih-idey> (дата обращения: 25.02.2026).
- 16) Дюркгейм Э. О разделении общественного труда / пер. с фр. А. Б. Гофмана ; примеч. В. В. Сапова. — М. : Канон, 1996. — 432 с.
- 17) Бауман З. Текучая современность / пер. с англ. С. А. Комарова. СПб. : Питер, 2008. 240 с.
- 18) Сартр Ж.-П. Тошнота : роман / пер. с фр. Ю. Я. Яхниной. СПб. : Азбука-классика, 2004. 255 с.