

2026, № 07 (июль)

Раздел 5.8. Педагогика

ART 261178

DOI 10.24412/2304-120X-2026-11178

УДК 37.015.3

Использование иммерсивных игр в развитии межличностных коммуникаций подростков

The use of immersive games in the development of interpersonal communication in adolescents

Авторы статьи

Декина Елена Викторовна,
кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии и педагогики ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический университет им. Л. Н. Толстого», г. Тула, Российская Федерация
dekinaev@tolstovsky.ru
ORCID: 0000-0003-4995-9071

Пазухина Светлана Вячеславовна,
доктор психологических наук, заведующая кафедрой психологии и педагогики ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический университет им. Л. Н. Толстого», г. Тула, Российская Федерация
svetlana.pazukhina@tolstovsky.ru
ORCID: 0000-0003-3190-3520

Authors of the article

Elena V. Dekina,
Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Department of Psychology and Pedagogy, Tula State Pedagogical University named after L.N. Tolstoy, Tula, Russian Federation
ORCID: 0000-0003-4995-9071
dekinaev@tolstovsky.ru

Svetlana V. Pazukhina,
Doctor of Psychological Sciences, Head of the Department of Psychology and Pedagogy, Tula State Pedagogical University named after L.N. Tolstoy, Tula, Russian Federation
ORCID: 0000-0003-3190-3520
svetlana.pazukhina@tolstovsky.ru

Конфликт интересов

С. В. Пазухина является членом редакционного совета журнала «Концепт».

Conflict of interest statement

S. V. Pazukhina is a member of the editorial board of the "Koncept" journal.

Для цитирования

Декина Е. В., Пазухина С. В. Использование иммерсивных игр в развитии межличностных коммуникаций подростков // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2026. – № 07. – С. 51–65. – URL: <https://e-koncept.ru/2026/261178.htm> – DOI: 10.24412/2304-120X-2026-11178

For citation

E. V. Dekina, S. V. Pazukhina, The use of immersive games in the development of interpersonal communication in adolescents // Scientific-methodological electronic journal "Koncept". – 2026. – No. 07. – P. 51–65. – URL: <https://e-koncept.ru/2026/261178.htm> – DOI: 10.24412/2304-120X-2026-11178

Поступила в редакцию <i>Received</i>	06.04.26	Получена положительная рецензия <i>Received a positive review</i>	11.06.26
Принята к публикации <i>Accepted for publication</i>	11.06.26	Опубликована <i>Published</i>	31.07.26



Аннотация

В настоящее время у подростков цифрового поколения отмечаются значительные трудности в общении, фиксируется снижение способности к конструктивному взаимодействию в реальной жизни при увеличении доли онлайн-коммуникации. Традиционные формы работы по развитию коммуникативных навыков школьников не учитывают новые проблемы и потребности обучающихся, поэтому зачастую оказываются недостаточно эффективными. Актуальным представляется изучение особенностей и проектирование содержания и форм развития межличностных коммуникаций современных подростков средствами иммерсивной игры. Иммерсивная игра как форма персонализированного и эмоционального взаимодействия предоставляет возможность моделировать социальные ситуации, способствующие развитию коммуникативных навыков, собственного «Я», стратегий поведения в разных ситуациях. Подросток выступает активным субъектом данного процесса, что способствует развитию самосознания и рефлексии. Цель исследования: теоретико-эмпирическое изучение специфики использования иммерсивных игр как средства развития межличностных коммуникаций у подростков с трудностями в общении. Теоретико-методологическую основу работы составили труды ученых в области теоретической и практической педагогики, педагогической и социальной психологии, психологии общения. В ходе работы применялись теоретические, эмпирические методы, методы обработки данных. В исследовании приняли участие подростки в возрасте 13–14 лет количестве 96 человек из трех образовательных учреждений города Тулы. Результаты исследования показали рост числа подростков со средним уровнем общительности, нормальным уровнем эмпатии, высоким уровнем стремления к общению и взаимодействию. Теоретическая значимость исследования заключается в уточнении специфики использования иммерсивной игры при работе с подростками с проблемами в общении, определении ее качественных характеристик, способствующих развитию межличностных коммуникаций. Практическая значимость состоит в разработке и апробации диагностического инструментария для изучения трудностей в общении у подростков цифрового поколения, особенностей их межличностного общения, а также в создании комплекса иммерсивных игр. Адресатами результатов исследования могут быть педагоги, педагоги-психологи образовательного учреждения, психологического центра, реабилитационного центра, детского пришкольного и оздоровительного лагеря и др.

Ключевые слова

подростковый возраст, общение, межличностные коммуникации, иммерсивная игра

Благодарности

Авторы выражают благодарность коллективам образовательных учреждений «Центр образования № 58 "Поколение будущего"», «Центр образования № 32», «Центр образования № 4» г. Тулы за помощь в предоставлении базы исследования.

Abstract

Currently, digital generation adolescents experience significant communication difficulties, with a decline in their ability to engage constructively in real life, despite the increasing use of online communication. Traditional approaches to developing schoolchildren's communication skills fail to address these new challenges and needs and are often ineffective. It is therefore important to study the specifics and design the content and forms of interpersonal communication development in modern adolescents using immersive games. Immersive games, as a form of personalized and emotional interaction, provide the opportunity to simulate social situations that promote the development of communication skills, self-awareness, and behavioral strategies in various situations. The adolescent acts as an active participant in this process, which fosters self-awareness and reflection. The purpose of this study was to conduct a theoretical and empirical study of the specifics of using immersive games as a means of developing interpersonal communication in adolescents with communication difficulties. The theoretical and methodological basis of the study was formed by the work of scholars in the fields of theoretical and practical pedagogy, educational and social psychology, and the psychology of communication. The study utilized theoretical, empirical, and data processing methods. Ninety-six adolescents aged 13–14 from three educational institutions in Tula participated in the study. The results showed an increase in the number of adolescents with an average level of sociability, a normal level of empathy, and a high desire for communication and interaction. The theoretical significance of the study lies in clarifying the specifics of using immersive games in the work with adolescents with communication difficulties and identifying their qualitative characteristics that contribute to the development of interpersonal communication. The practical significance lies in the development and testing of diagnostic tools for studying communication difficulties in adolescents of the digital generation, the characteristics of their interpersonal communication, and the creation of a set of immersive games. The recipients of the research results may be teachers, educational psychologists of an educational institution, a psychological center, a rehabilitation center, a children's school and a health camp, etc.

Key words

adolescence, communication, interpersonal communications, immersive gaming

Acknowledgements

The authors would like to express their gratitude to the staff of the educational institutions "Generation of the Future" Center for Education No. 58, "Center for Education No. 32", and "Center for Education No. 4" in Tula for their assistance in providing the research database.

Введение / Introduction

В настоящее время фиксируется стойкая динамика увеличения трудностей в общении у современных подростков. Проблемы в развитии коммуникативных навыков, которые относятся к важнейшим социальным приобретениям человека, могут привести к

трудностям социализации, адаптации, обучения, к конфликтам со взрослыми и сверстниками, снижению мотивации аффилиации – побуждения и самой активности, направленной на установление, поддержание межличностных отношений, связанной с потребностью субъекта в общении, эмоциональных контактах, дружбе, любви, принадлежности к группе. В связи с этим, как отмечают А. А. Сулейманова и Л. Б. Симонова, разработка программ, направленных на развитие межличностных коммуникаций, профилактику трудностей в общении современных подростков, стала приоритетным направлением работы классного руководителя, педагога, вожатого, советника по воспитанию, педагога-психолога и т. д. [1] При этом основной акцент в своей публикации они делают именно на развитии межличностных коммуникаций в реальной жизни (в противовес виртуальной), где школьник встречается с конкретными людьми – носителями «живых эмоций», многогранных смыслов и контекстов общения, собственно человеческого в человеке (эмпатии, рефлексии и пр.) – и где встречи с этими людьми становятся источниками для психического развития подростка.

Источник развития, по мнению Л. С. Выготского, лежит в социальном окружении ребенка... Ребенок вступает в отношения с ситуацией не непосредственно, через другое лицо [2].

Межличностные коммуникации представляют собой отдельную грань общения. А. А. Бодалев [3] межличностное общение трактует как познание людьми друг друга. Оно направлено на обмен информацией, эмоциями, установление отношений, взаимовлияние и взаимодействие.

В работах В. Н. Мясищева [4] выделяются компоненты общения: когнитивный (понимание и познание партнеров по общению), эмоциональный (реакции на партнера по общению) и мотивационно-поведенческий (проявления отношений). К критериям межличностного общения относятся: коммуникативные ориентации, эмпатия, потребность в общении.

В подростковом возрасте, согласно Д. Б. Эльконину, ведущей деятельностью является общение со сверстниками [5], по Д. И. Фельдштейну – включение в различные виды социально признаваемой и одобряемой деятельности [6]. Л. И. Божович отмечает, что в подростковом возрасте на первое место выступают личностные особенности, имеющие ценность в среде сверстников [7]. И. С. Кон анализирует значение общения со сверстниками в обмене информацией, в построении межличностных отношений, налаживании эмоциональных контактов и др. [8] Е. И. Исаев отмечает, что общение со сверстниками становится той деятельностью, внутри которой у подростков оформляются взгляды на жизнь, на отношения между людьми, на свое будущее [9]. А. В. Мудрик подчеркивает значимость социального воспитания в социализации подростков [10].

Межличностные коммуникации влияют на положение ребенка в классе, на реализацию умения вести диалог и взаимодействовать со сверстниками и взрослыми, работать в команде, на профессиональное и личностное самоопределение, самопрезентацию, развитие мягких навыков, которые позволят не потеряться в современном мире и реализовать свой лидерский потенциал. Однако у подростков цифрового поколения данный аспект социального развития сопровождается рядом проблем из-за чрезмерной увлеченности виртуальным времяпрепровождением, что обусловило актуальность нашего обращения к обозначенной в названии статьи теме исследования.

Целью нашего исследования стало теоретико-эмпирическое изучение специфики использования иммерсивных игр как средства развития межличностных коммуникаций у подростков с трудностями в общении.

Обзор литературы / Literature review

Проблема межличностных коммуникаций является предметом изучения многих ученых, как отмечено во введении, в связи ее особой значимостью для вхождения в человеческое сообщество. Накоплен достаточно большой опыт использования разных педагогических технологий для развития общения у подростков. Например, К. С. Шалагинова и другие современные авторы для развития общения предлагают использовать диалоговые, игровые, тренинговые технологии; индивидуальные и групповые формы работы [11]. Н. П. Шишлянникова применяет средства арт-терапии [12], что вызывает интерес у подростков. Данные технологии можно использовать для отработки у учащихся техник для знакомства, ведения разговора, поиска друга и поддержки дружеских отношений, отработки алгоритма решения конфликтной ситуации, обращения за помощью к учителю, сверстникам и т. д.

Навык общения развивается в среде сверстников, поэтому эффективными являются групповые занятия, участие в кружках и секциях, воспитательных мероприятиях, детском оздоровительном лагере и т. д. Например, О. С. Парц подчеркивает значимость включения в досуговую деятельность [13]. Г. Г. Фомина с соавторами исследовала школьную вовлеченность как ресурс субъективного благополучия обучающихся [14]. В исследованиях подчеркивается важность включения учащихся в досуговую деятельность, в результате чего развиваются мягкие навыки, в том числе коммуникация. Н. М. Галимуллина, Г. И. Зайнуллина описывают коммуникацию как универсальную компетенцию обучающихся [15]. Учащийся должен уметь адаптироваться к внешнему миру, коммуницировать с разными людьми, входить в разные общности. Очень важен пример, с которого подросток может брать пример. С. Ю. Трапицын и соавт. для развития межличностных коммуникаций обращаются к наставнической деятельности в школе [16]. Наставником для подростка может быть родитель, учитель, руководитель секции и т. д., который может показать разные модели поведения. Проблема настоящего времени заключается в занятости родителей, отсутствии семейных традиций, связанных с общением, и совместном проведении досуга и т. д. Учитель не всегда может найти подход к ребенку, следовательно, стать для него наставником.

Современные дети меняются – должны меняться и технологии работы с ними. При изучении межличностных коммуникаций М. А. Егорова и И. В. Емельянова используют социометрический статус как показатель социального благополучия обучающихся [17]. Знание психологом, классным руководителем позиции ученика в классе будет способствовать развитию социальных навыков, причем у одних учащихся направленных на снижение агрессивности, у других – на принятие правил группы и т. д. Важно и изучение индивидуально-психологических особенностей учащихся. М. И. Кошенова и Д. О. Родионова описывают жизнестойкость подростков как важное личностное качество, влияющее на преодоление трудностей в общении, адаптации и социализации [18]. Р. Кармакар и Р. Чакраворти изучают психологическую составляющую качества жизни современных подростков [19]. Проблемы в коммуникации связаны с отсутствием реальной практики для общения. В связи с изменением социальной среды, развитием информационно-коммуникационных технологий, качественным преобразованием окружающей действительности, стремительным вхождением цифровой реальности в повседневную жизнедеятельность людей необходим поиск новых технологий, которые будут отвечать возрастным психологическим особенностям подростков поколения альфа. Н. Я. Агеев и соавт. изучали влияние цифровых

технологий на коммуникативные процессы в подростковом возрасте [20]. Дети в онлайн-формате тоже общаются, но общение имеет свою специфику, например отсутствие обратной связи. Е. Н. Волкова отмечает, что цифровое пространство жизни подростка, безусловно, содержит возможности для его личностного развития, но несет серьезные риски, как в случае с игровой зависимостью, фаббингом, хакерством и др. [21] Имеет место снижение у подростков интереса к реальному общению при увеличении доли онлайн-коммуникации.

Традиционные технологии взаимодействия с подростками все чаще оказываются недостаточно гибкими, чтобы эффективно отвечать на их потребности. В качестве одного из эффективных средств в работе с подростками цифрового поколения мы предлагаем использовать иммерсивные игры. Теоретико-методологическим фундаментом применения иммерсивных игр в развитии межличностного общения выступают концепция Л. С. Выготского о зоне ближайшего развития [22], положения Д. Б. Эльконина о структуре и функциях игровой деятельности [23].

Рассмотрим особенности современных исследований применения иммерсивных игр. Например, Г. С. Котов отмечает, что данный вид игры направлен на моделирование ситуаций, позволяющих подросткам узнавать новое, договариваться, взаимодействовать, развивать собственные ресурсы, цифровые компетенции [24]. Иммерсивная игра создает особое пространство для социального взаимодействия; уникальный контекст для формирования и совершенствования коммуникативных компетенций через использование ролевых (развитие эмпатии, коммуникативной гибкости и др.), стратегических (развитие целеполагания, навыков кооперации, конструктивного разрешения конфликтов и др.), нарративных (развитие вербальной коммуникации, способности к диалогу и взаимодействию и др.) игр.

Цифровые технологии расширяют возможности иммерсивных игр в развитии межличностного общения. Например, А. Ю. Пронин отмечает, что иммерсивная игра расширяет действительную объективную реальность или создает новую реальность (виртуальную) [25]. В иммерсивной игре возможно полное или частичное погружение обучающихся в цифровой мир. Исследования Г. У. Солдатовой и соавт. демонстрируют использование гибридных форматов, сочетающих элементы реального и виртуального взаимодействия [26], что обеспечивает обратную связь с участниками. Например, А. Н. Воронин и В. В. Паленова отмечают восходящий тренд использования тактик общения с чат-ботом [27]. Иммерсивные игры представляют собой интерактивные форматы, которые погружают участников в виртуальные или дополненные реальности, позволяя им взаимодействовать с окружающей средой и другими игроками.

В использовании иммерсивных игр также имеются моменты риска. Так, Д. К. Стожко и другие ученые указывают на некоторые негативные моменты при организации иммерсивных игр: отсутствие учета возрастных и психологических особенностей учащихся при планировании различных форматов, адаптации на «входе» и «выходе» из ролевых игр и т. д. [28] Мы полагаем, что игра в подростковом возрасте должна организовываться не только ради самой игры, а прежде всего для решения нормативных задач возрастнопсихологического развития. Е. И. Исаев подчеркивает наличие общности, совместности в жизни ребенка и взрослого, сотрудничество между ними, в процессе которого происходит становление новых способов их социального взаимодействия [29].

Мы считаем, что иммерсивные игры целесообразно использовать, чтобы погрузить участников в многослойность изучаемого материала, дать опыт взаимодействия, позволить прожить «маленькую жизнь» в игре, показать игру как метод работы со

сложными темами, в том числе с использованием рефлексивных технологий. Иммерсия – это погружение, в рамках которого происходит переход из привычного реального мира участников в мир игрового взаимодействия. Иммерсивную игру можно рассматривать как пространство для экспериментов, поиска новых вопросов к себе и другим, где происходит соучастие, сопереживание, сотворчество, сотрудничество. Одно из важнейших свойств игры – интерактивность, возможность влиять на события и реалии внутри игры. Таким образом, использование иммерсионных игр при работе с подростками расширяет место гуманитарных практик в структуре воспитания, обучения и трансформации личности.

В зарубежной литературе Ц. Чжао и соавт. исследовали связь застенчивости и одиночества у китайских подростков, определили важность социальной поддержки для данной категории детей [30]. Этот вывод подтверждает наше мнение на счет важности включения подростков в группу сверстников, использования наставнической деятельности. Вопросы коммуникативного развития лежат в направлениях «учение – ученик», «ученик – учитель», Р. М. Гиллис подчеркивает важность эффективной совместной деятельности, диалогического подхода [31], что обеспечивает безопасную среду для взаимодействия.

В. Перес-Торрес отмечает, что подростки используют социальные сети для самовыражения, общения со сверстниками и взаимодействия со значимыми другими [32]. При этом подросткам важно получить одобрение сверстников, для этого они могут приукрашивать информацию, что увеличивает расхождение между реальным и воображаемым, что влияет на Я-концепцию. Э. Йылмаз, М. Д. Гриффитс провели исследование, в котором изучали сформированность навыков решения социальных проблем у детей при игре в видеоигры и традиционные игры [33]. М. Чека-Ромеро, Х. М. Хименес-Лозано делают вывод о том, что видеоигры могут способствовать развитию критического мышления, саморегуляции и вовлеченности [34]. Данные исследования важны при использовании цифрового контекста в рамках иммерсивной игры. Применение разных игр в различной степени оказывается эффективным в развитии навыков решения социальных проблем. Р. А. Фернандо, С. Премадаса обсуждают использование игрового обучения в образовании поколения альфа [35]. Авторы подчеркивают важность обратной связи, определения стратегий вовлечения участников в игру, анализа их изменений за время игры.

Использование иммерсивных игр способствует моделированию жизненно значимых ситуаций для общения подростков, их вовлечения в эмоционально насыщенные, содержательные, социально ориентированные практики взаимодействия.

Организация иммерсивных игр для развития межличностного общения включает несколько этапов. Подготовительный этап предполагает определение целей, игрового сценария, диагностику исходного уровня коммуникативных компетенций, формирование игровых микрогрупп с учетом индивидуальных особенностей участников, разработку сценария и игровых материалов. На основном этапе осуществляется непосредственное проведение игры с акцентом на создании коммуникативных ситуаций (погружение, роли, пространство, игровое взаимодействие, активные действия, решение задач). Рефлексивный этап направлен на осмысление участниками полученного опыта, анализ использованных коммуникативных стратегий и их эффективности.

Методологическая база исследования / Methodological base of the research

Методологические подходы: концепция «обучение через погружение», которая объединяет деятельностный (преобразование обучения из пассивного созерцания в

активное «проживание» опыта, где знания приобретаются через действие, авторы С. Л. Рубинштейн [36] и др.), контекстный (полученные в игре знания становятся прикладными и актуальными, авторы А. А. Вербицкий [37] и др.), интерактивный (обучение через взаимодействие и диалог, авторы Е. С. Полат [38] и др.) подходы.

Принципы: принцип деятельностного обучения; учета возрастных и индивидуальных особенностей подросткового возраста, ведущего вида деятельности; принцип интеграции иммерсивных игровых технологий в психолого-педагогическую практику; принцип индивидуальной и групповой психолого-педагогической поддержки на разных этапах иммерсивной игры; принцип активности, субъектности, мотивационной вовлеченности, развития индивидуальности.

Методы исследования: теоретические (анализ литературы), проектирование (создание иммерсивных игр), эмпирические (анкетирование, тестирование, эксперимент), методы обработки данных.

Гипотеза предполагала, что развитие межличностных коммуникаций у подростков средствами иммерсивной игры будет проходить более эффективно, если учитывать возрастные потребности школьников данного возраста (поиск групп коммуникации, друзей, контакты с авторитетными сверстниками, проявления лидерских качеств и др.); структурные компоненты иммерсивной игры; целенаправленно развивать мотивацию общения и навыки взаимодействия, основанные на переносе игровых моментов в реальную жизнь.

Диагностическая программа исследования включает следующие методики: авторская анкета, «Оценка уровня общительности» (В. Ф. Ряховский) [39], «Диагностика мотивационных ориентаций в межличностных коммуникациях» (И. Д. Ладанов, В. А. Уразаева) [40], «Диагностика уровня эмпатии» (И. М. Юсупов) [41], «Потребность в общении» (Ю. М. Орлов, В. И. Шкуркина) [42].

Исследование было проведено на базах муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Центр образования № 58 “Поколение будущего”», «Центр образования № 32», «Центр образования № 4» г. Тулы. Выборка: учащиеся 8-х классов в количестве 96 человек. Возраст детей: 13–14 лет.

Результаты исследования / Research results

Результаты авторской анкеты показали следующие причины трудностей межличностных коммуникаций современных подростков в реальной жизни: «трудно начать разговор» (31%), «боюсь, что обо мне плохо подумают» (25%), «не знаю, на какую тему общаться» (18%), «боюсь выражать свое мнение» (17%), «у одноклассников уже есть друзья» (15%), «мои одноклассники не хотят со мной общаться» (11%) и др. Основные причины трудностей сопряжены с неуверенностью в себе, низкими коммуникативными компетенциями, сложностями с установлением контакта в реальной жизни, поиском интересных тем для разговора, предпочтением общаться в сети Интернет. Равное количество опрошенных (по 18%) готовы и хотят обратиться за помощью к психологу, педагогу, воспользоваться помощью одноклассников, которые должны сделать первый шаг, пригласить в свою компанию. Такое же количество современных учащихся предпочтут провести время в соцсетях, поскольку им там «всегда рады», в силу специфики виртуального общения не обязательно выстраивать взаимодействие и иметь друзей.

Для подростков очень важна включенность в какую-либо группу или общность. Школьный класс – важнейшая группа принадлежности ученика, в которой имеет ме-

сто дифференциация на подгруппы. При этом необходимо учитывать влияние классного руководителя и других взрослых и то, что учащиеся нуждаются в общении и вступают в разные взаимоотношения.

Порядка 31% опрошенных считают важным начать посещать кружок, секцию, дополнительные занятия в школе, вступить в детское общественное движение, волонтерский отряд. 27% подростков отметили нежелание что-либо делать для решения обозначенных трудностей. 25% говорят о желании научиться общаться (начинать разговор, вести диалог и т. д.). 17% готовы и хотят обратиться за помощью к психологу, педагогу, воспользоваться помощью одноклассников, которые должны сделать первый шаг, пригласить в свою компанию.

Главное для учащихся в кружках и секциях – общение друг с другом, теплая атмосфера, которой им не хватает в классе. Учащиеся отмечают трудности, связанные с вступлением в контакт с одноклассниками, неумением найти и поддержать тему для беседы, дружить, договариваться, выстроить взаимоотношения и др. Подростки хотят найти в общении эмоциональное тепло, спасение от скуки, признание собственной индивидуальности и т. д. Важно проектирование форм и средств, позволяющих подростку наладить общение со сверстниками, освоение норм и средств общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

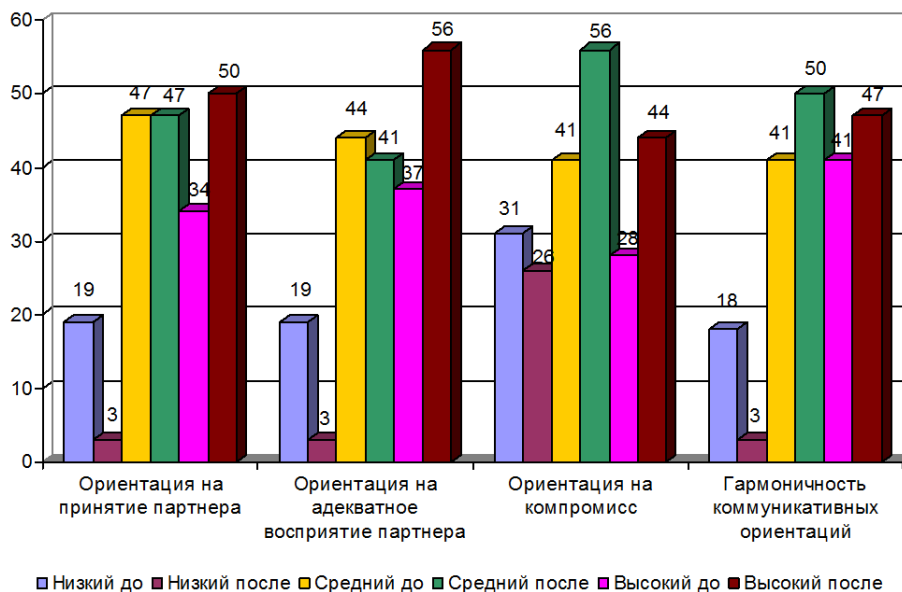
Результаты диагностики на констатирующем и контрольном этапах исследования по методике «Оценка уровня общительности» (В. Ф. Ряховский): на констатирующем этапе было зафиксировано следующее распределение уровней: 3% участников показали крайне высокий уровень общительности, 5% – очень высокий, 25% – высокий, 27% – выше среднего, 25% – средний, 15% – ниже среднего, и ни один участник не был отнесен к низкому уровню. Это распределение указывает на то, что большинство участников имели достаточно высокий уровень общительности, однако также присутствовала значительная доля участников с уровнями ниже среднего.

На контрольном этапе результаты изменились. Уровни крайне высокий и очень высокий остались неизменными. Уровень выше среднего увеличился до 31%, а уровень среднего – до 34%. Уменьшение доли участников с уровнем ниже среднего до 11% также является положительным показателем, так как это говорит о том, что часть участников смогла улучшить свои коммуникативные навыки. Увеличение количества участников с уровнями выше среднего и средний свидетельствует о том, что программа была эффективной.

Результаты по методике «Диагностика мотивационных ориентаций в межличностных коммуникациях» (И. Д. Ладанов, В. А. Уразаева) представлены на рисунке ниже.

Ориентация на принятие партнера в общении: на констатирующем этапе 34% участников продемонстрировали высокую ориентацию, на контрольном – 50%. Средний уровень ориентации (47%) не изменился, при этом низкая ориентация снизилась с 19% до 3%. Это указывает на улучшение способности участников принимать других. Ориентация на адекватность восприятия партнера по общению: высокая ориентация увеличилась с 37% до 56%, средняя изменилась – с 44% до 41%, а низкая значительно снизилась, с 19% до 3%. Это свидетельствует о росте способности участников адекватно воспринимать своих собеседников. Количество обучающихся с высоким уровнем ориентации на компромисс в межличностных коммуникациях увеличилось с 28% до 44%. Средний уровень возрос с 41% до 56%. Низкий уровень данной ориентации на контрольном этапе был выявлен у 26% подростков (на контрольном – у 31%). Гармоничность коммуникативных ориентаций: высокий уровень увеличился с 41% до

47%, средний – с 41% до 50%. Низкий уровень был выявлен у 18% подростков на констатирующем этапе и только у 3% – на контрольном. Это свидетельствует о более гармоничном взаимодействии между участниками.



Показатели по методике «Диагностика мотивационных ориентаций в межличностных коммуникациях» (И. Д. Ладанов, В. А. Уразова) в сравнении на констатирующем и контрольном этапах, %

Анализ данных по уровням ориентации участников на констатирующем и контрольном этапах показывает положительную динамику в развитии межличностного общения. Увеличение высоких и средних уровней ориентации на принятие партнера, адекватность восприятия и достижение компромисса свидетельствует о росте коммуникативных коммуникаций участников.

Результаты диагностики на констатирующем и контрольном этапах исследования по методике «Диагностика уровня эмпатии» (И. М. Юсупов) были следующими: 69% опрошенных на констатирующем этапе находились на низком уровне эмпатии, 22% имели нормальный уровень, 9% продемонстрировали высокий уровень эмпатии. Это распределение указывает на преобладание низкого уровня эмпатии среди участников, что может свидетельствовать о необходимости работы над развитием этой важной социальной компетенции. На контрольном этапе количество участников с низким уровнем эмпатии снизилось до 60%. В то же время число участников с нормальным и высоким уровнями эмпатии увеличилось до 30% и 10% соответственно. Сравнение результатов показывает, что, хотя уровень эмпатии по-прежнему остается низким, у значительной части участников наблюдается положительная тенденция к улучшению. Увеличение числа участников с нормальным и высоким уровнями эмпатии свидетельствует о том, что формы методы работы, примененные в рамках программы, оказали положительное влияние на развитие эмпатии.

Результаты исследования по методике «Потребность в общении» (Ю. М. Орлов, В. И. Шкуркина) были следующими: на констатирующем этапе 7% имели низкий уровень, 50% – средний и 43% – высокий. Это говорит о том, что большинство участников имеют выраженную потребность в общении, что может быть связано с их личностными характеристиками и социальным окружением. На контрольном этапе наблюдается отсутствие участников с низким уровнем потребности (0%), увеличение

участников с высоким уровнем потребности до 56% свидетельствует об улучшении их социальных навыков и уверенности в общении. Анализ данных о степени потребности в общении на констатирующем и контрольном этапах показывает положительные изменения в их желании общаться.

Оценка эффективности апробации цикла иммерсивных игр по критерию «общительность» производилась путем применения статистического критерия Фишера. Сопоставлялись результаты констатирующего и контрольного этапов эксперимента по методике «Оценка уровня общительности» (В. Ф. Ряховский). Применение критерия Фишера для оценки эффективности развивающей программы представлен в таблице. Во внимание принимались следующие гипотезы.

Н₀: уровень общительности участников не изменяется в процессе психоразвивающей программы, т. е. средние значения показателей уровня общительности (в целом по выборке) на констатирующем и контрольном этапах не имеют статистических различий.

Н₁: существуют статистически достоверные различия между значениями показателей уровня общительности на констатирующем и контрольном этапах.

Применение критерия Фишера для оценки эффективности программы по методике «Оценка уровня общительности» (В. Ф. Ряховский), %

Период	Общительность в пределах нормального уровня	Общительность вне пределов нормального уровня
До эксперимента	37	63
После эксперимента	59	41

Обращаясь к таблице критических значений, находим величины Φ , соответствующие процентным долям в каждой из групп. $\Phi_{\text{эмп.}} = 3,06$.

Таким образом, математически доказана верность гипотезы Н₁. Можно утверждать, что число лиц с нормальным уровнем общительности существенно возросло после проведения формирующего этапа.

На формирующем этапе с целью развития межличностных коммуникаций у подростков был составлен и апробирован цикл иммерсивных игр.

Иммерсивные игры представлены следующими форматами:

- иммерсивный квест «Путешествие по миру общения» (станции: «Общение – это...», «Передай информацию», «Мост чувств», «Командный вызов», «История в картинках», «Секреты доверия» и др.); «Лаборатория эмпатии» (станции: «Эмоциональный калейдоскоп», «Слово за слово», «Спасатели настроения», «Эмоциональные символы», «История на бумаге», «Мозаика дня» и др.); «Шпионы на связи 2.0» (станции: «Услышь меня!», «Пойми меня без слов», «А как поступишь ты?», «Помоги другу» и др.);

- иммерсивный театр: участники проигрывают роли в специально разработанных историях, что помогает лучше усваивать социальные и эмоциональные навыки; для этого использовались разнообразные театрализованные задания «Я в маске», «Невидимая беседа», «Мир чувств», «Эхо собеседника», «Я предлагаю, ты дополняешь»; иммерсивная театрализованная игра «Магия общения» (этапы проведения: введение, «Загадка факультета», «Конфликт в Хогвартсе», «Ежедневный пророк», рефлексия), иммерсивные игры на основе мультфильмов, например «Ежик в тумане» и др.;

- тематическая иммерсивная игра по локациям школы: «Библиотека – “Книжная полка”», «Кабинет психолога – “Собери пазл – личностные качества подростка”»,

«Кабинет советника по воспитанию – “Индивидуальная траектория духовно-нравственных ценностей”», профориентационная иммерсивная игра с атрибутами и т. д.;

– иммерсивная игра с использованием фототерапии, арт-терапии, например «Мое ресурсное место» и др.;

– деловые игры и симуляции: участие в сценариях, которые максимально приближены к реальным ситуациям. Например, добровольческая деятельность, профилактика девиантного поведения, выбор профессии (иммерсивная игра «Погружаемся в профессию психолога» (задания: «Рассыпанный шрифт – составь психологические термины», «Миф или реальность?», «Психологический кейс», «Психологический эксперимент») и т. д.;

– коучинговые сессии с погружением: участники работают в группах, выполняя задания в условиях, требующих принятия решений в ограниченное время, например «Экспедиция на край света» (задания: «Доверие», «Понимание», «Решение», «Стратегия», «Поддержка») и др.

Во время игры подросток записывает то, что чувствовал, понял и т. д. Примерная рефлексия по итогам иммерсивной игры: кем вы побывали за время игры? Какой этап игры запомнился больше всего и почему? В чем вы видите назначение игры? О чем на игре не поговорили, но стоило бы? Что игра изменила в вас? Какие выводы сделаны? и др.

Для советника по воспитанию, классного руководителя, психолога, вожатого детского лагеря данный опыт обогащает практику работы, понимание того, как сделать интересным и мотивационным разговор о ценностях и смыслах, знакомство с простыми и действенными инструментами воспитания и развития.

Заключение / Conclusion

В исследовании показано, что развитие межличностных коммуникаций у подростков средствами иммерсивной игры будет проходить более эффективно, если учитывать возрастные особенности школьников данного возраста (поиск групп коммуникации, друзей, контакты с авторитетными сверстниками, проявления лидерских качеств и др.); структурные компоненты иммерсивной игры; целенаправленно развивать мотивацию общения и навыки взаимодействия, основанные на переносе игровых моментов в реальную жизнь. Результаты исследования показали положительную динамику по таким критериям, как уровень общительности, ориентация на принятие партнера, достижение компромисса, гармоничность коммуникативных ориентаций, эмпатия, потребность в общении. Подростки стали более общительны, готовы прислушиваться к собеседнику, учитывать и принимать во внимание его позицию, выходить на более высокий и качественный уровень взаимодействия.

Программа развития межличностных коммуникаций у подростков средствами иммерсивной игры рассчитана на педагогов-психологов, игропрактиков, специалистов, работающих с детьми в пришкольных и детских оздоровительных лагерях, реабилитационных центрах и т. д. Представленный цикл иммерсивных игр решает важную задачу развития эффективных взаимодействий учащихся, связывая их с реальным опытом, но в более безопасной среде. Иммерсивная игра повышает уровень вовлеченности, что повышает мотивацию, обеспечивает интерактивную среду для учащихся, что соответствует интересам и потребностям подросткового возраста.

Ссылки на источники / References

1. Сулейманова А. А., Симонова Л. Б. Трудности общения у подростков и возможные пути их устранения // Вестник науки и образования. – 2024. – № 12 (155). – URL: <https://scientificjournal.ru/images/PDF/2024/155/trudnosti-obshcheniya.pdf>
2. Выготский Л. С. Психология развития. Избранные работы. – М.: Издательство Юрайт, 2025. – 281 с.
3. Бодалев А. А. Личность и общение. – М.: Международная педагогическая академия, 1995. – С. 102.
4. Мясищев В. Н. Психология отношений. – М.: МПСИ, 2011. – С. 235.
5. Эльконин Д. Б. Избранные психологические труды. – М.: Педагогика, 1989. – С. 12.
6. Фельдштейн Л. И. Проблемы возрастной и педагогической психологии: избранные психологические труды. – М.: Международная педагогическая академия, 2002. – С. 45–50.
7. Божович Л. И. Проблемы формирования личности: избранные психологические труды. – М.: МПСИ, 2001. – С. 205–210.
8. Кон И. С. Психология ранней юности. – М.: Просвещение, 1989. – С. 128–129.
9. Исаев Е. И. Педагогическая психология. – М.: Издательство Юрайт, 2012. – С. 284.
10. Мудрик А. В. Группы сверстников в киберпространстве // Электронный научно-публицистический журнал «Номо Cyberus». – 2019. – № 1(6). – URL: http://journal.homocyberus.ru/peer_groups_in_cyberspace
11. Декина Е. В., Шалагинова К. С. Психолого-педагогическое сопровождение развития общения у подростков группы риска // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2024. – № 7 (июль). – С. 59–71. – URL: <http://e-koncept.ru/2024/241105.htm>
12. Шишлянникова Н. П. Формирование культуры межнационального общения в общем и профессиональном музыкальном образовании // Научно-педагогическое обозрение (Pedagogical Review). – 2025. – Вып. 2 (60). – С. 7–15. DOI: 10.23951/2307-6127-2025-2-7-15.
13. Парц О. С. Досуговая деятельность как средство социального развития одаренных детей // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2025. – № 11 (ноябрь). – С. 141–152. – URL: <http://e-koncept.ru/2025/251219.htm>
14. Фомина Т. Г., Филиппова Е. В., Моросанова В. И. Осознанная саморегуляция и школьная вовлеченность как ресурсы субъективного благополучия обучающихся // Психолого-педагогические исследования. – 2024. – № 16(3). – С. 156–173. – URL: <https://doi.org/10.17759/psyedu.2024160310>
15. Галимуллина Н. М., Зайнуллина Г. И. Развитие навыков деловых коммуникаций как универсальной компетенции обучающихся // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2025. – № 10 (октябрь). – С. 205–222. – URL: <http://e-koncept.ru/2025/251204.htm>
16. Трапицын С. Ю., Граничина О. А., Агапова Е. Н., Жарова М. В. Исследование мотивации педагогов к наставнической деятельности в школах (на примере Санкт-Петербурга) // Психологическая наука и образование. – 2024. – № 29(2). – С. 96–111. – URL: <https://doi.org/10.17759/pse.2024290207>
17. Егорова М. А., Емельянова И. В. Психологическое благополучие подростка: к вопросу о диагностическом инструментарии // Психолого-педагогические исследования. – 2024. – № 16(4). – С. 3–19. – URL: <https://doi.org/10.17759/psyedu.2024160401>
18. Кошенова М. И., Родионова Д. О. Особенности жизнестойкости подростков групп девиационного риска // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. – 2025. – № 10 (3-39). – С. 137–169. DOI: 10.38098/ipran.sep_2025_39_3_05.
19. Кармакар Р., Чакраворти Р. Предсказывают ли черты личности качество жизни подростков? // Психологическая наука и образование. – 2025. – № 30(4). – С. 120–129. – URL: <https://doi.org/10.17759/pse.2025300409>
20. Агеев Н. Я., Токарчук Ю. А., Токарчук А. М., Гаврилова Е. В. Связь цифровых технологий с развитием когнитивных и коммуникативных процессов подростков и юношей: обзор эмпирических исследований // Психолого-педагогические исследования. – 2023. – № 15(1). – С. 37–55. – URL: <https://doi.org/10.17759/psyedu.2023150103>
21. Волкова Е. Н. Феномены социализации современных подростков: Pro et contra // Социальная психология и общество. – 2025. – № 16(2). – С. 23–42. – URL: <https://doi.org/10.17759/sps.2025160203>
22. Выготский Л. С. Психология развития человека. – М.: Издательство Юрайт, 2025. – С. 11–12.
23. Эльконин Д. Б. Избранные психологические труды. – М.: Академия, 2011. – 554 с.
24. Котов Г. С. Иммерсивный подход в образовании: возможности и проблемы реализации // Проблемы современного педагогического образования. – 2021. – № 73-1. – С. 179–181.
25. Пронин А. Ю. Иммерсивные технологии в высшем профессиональном образовании: взгляд в будущее // Развитие образования. – 2025. – Т. 8, № 3. – С. 47–53. DOI: 10.31483/r-150010. EDN MUPBNA.
26. Солдатова Г. У., Рассказова Е. И., Клишевич А. С. Смешанная среда с дополненной реальностью: эффекты присутствия в ситуации игрового взаимодействия // Экспериментальная психология. – 2023. – 16(2). – С. 4–19.

27. Воронин А. Н., Паленова В. В. Использование различных тактик общения с чат-ботом при рерайтинге текста: оценка эффекта // Психологический журнал. – 2025. – № 46 (3). – С. 47–59. DOI: 10.31857/S0205959225030059.
 28. Стожко Д. К., Стожко К. П. Ролевые игры и иммерсивное обучение: проблемы современного вузовского образования // Гуманитарий: актуальные проблемы гуманитарной науки и образования. – 2024. – № 2. – С. 178–191. DOI: 10.15507/2078-9823.066.024.202402.178-191.
 29. Слободчиков В. И., Исаев Е. И. Основы психологической антропологии. Психология развития человека: развитие субъективной реальности в онтогенезе. – М.: Школьная Пресса, 2000. – С. 303.
 30. Zhao J., Song F., Chen Q. et al. Linking shyness to loneliness in Chinese adolescents: The mediating role of core self-evaluation and social support // Personality and Individual Differences. – 2018. – P. 140–144. – URL: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.01.007>
 31. Gillies R. M. Dialogic teaching in a Year 5 classroom during cooperative inquiry-based science // International Journal of Educational Research Open. – 2023. – Vol. 5. – URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2666374023000651>
 32. Pérez-Torres V. Social media: a digital social mirror for identity development during adolescence // Current Psychology. – 2024. – № 43. – P. 22170–22180. – URL: <https://doi.org/10.1007/s12144-024-05980-z>
 33. Yilmaz E., Griffiths M. D. Children's social problem-solving skills in playing videogames and traditional games: A systematic review // Education and Information Technologies. – 2023. – № 28. – P. 11679–11712. – URL: <https://doi.org/10.1007/s10639-023-11663-2>
 34. Checa-Romero M., Gimenez-Lozano J. M. Video games and metacognition in the classroom for the development of 21st century skills: A systematic review // Frontiers in Education. – 2025. – № 9, Article 1485098. – URL: <https://doi.org/10.3389/educ.2024.1485098>
 35. Fernando P. A., Premadasa S. Use of gamification and game-based learning in educating Generation Alpha: A systematic literature review // Educational Technology & Society. – 2024. – Vol. 27 (2). – P. 114–132.
 36. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. – СПб: Питер, 2024. – 713 с.
 37. Вербицкий А. А. Теория и технологии контекстного образования. – М.: МПГУ, 2017. – 268 с.
 38. Педагогические технологии дистанционного обучения / под ред. Е. С. Полат. – М.: Издательство Юрайт, 2020. – 392 с.
 39. Тест «Оценка уровня общительности (В. Ф. Ряховский)» // Психологические тесты : в 2 т. / под ред. А. А. Карелина. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – Т. 2. – С. 42–45.
 40. Тест «Диагностика мотивационных ориентаций в межличностных коммуникациях» (И. Д. Ладанов, В. А. Уразаева). – URL: <https://psytests.org/ladanov/izp212.html>
 41. Тест «Диагностика уровня эмпатии» (И. М. Юсупов). – URL: <https://psytests.org/eq/yusepl.html>
 42. Тест «Потребность в общении» (Ю. М. Орлов, В. И. Шкуркина). – URL: <https://psytests.org/emvol/orlporun.html>
-
1. Sulejmanova, A. A., & Simonova, L. B. (2024). "Trudnosti obshcheniya u podrostkov i vozmozhnye puti ih ustraneniya" [Communication difficulties in adolescents and possible ways to overcome them], *Vestnik nauki i obrazovaniya*, № 12 (155). Available at: <https://scientificjournal.ru/images/PDF/2024/155/trudnosti-obshcheniya.pdf> (in Russian).
 2. Vygotskij, L. S. (2025). *Psihologiya razvitiya. Izbrannye raboty* [Developmental Psychology: Selected Works], Izdatel'stvo Yurajt, Moscow, 281 p. (in Russian).
 3. Bodalev, A. A. (1995). *Lichnost' i obshchenie* [Personality and communication], Mezhdunarodnaya pedagogicheskaya akademiya, Moscow, p. 102 (in Russian).
 4. Myasishchev, V. N. (2011). *Psihologiya otnoshenij* [Psychology of relationships], MPSI, Moscow, p. 235 (in Russian).
 5. El'konin, D. B. (1989). *Izbrannye psihologicheskie trudy* [Selected psychological works], Pedagogika, Moscow, p. 12 (in Russian).
 6. Fel'dshtejn, L. I. (2002). *Problemy vozrastnoj i pedagogicheskoy psihologii: izbrannye psihologicheskie trudy* [Problems of developmental and educational psychology: selected psychological works], Mezhdunarodnaya pedagogicheskaya akademiya, Moscow, pp. 45–50 (in Russian).
 7. Bozhovich, L. I. (2001). *Problemy formirovaniya lichnosti: izbrannye psihologicheskie trudy* [Problems of personality development: selected psychological works], MPSI, Moscow, pp. 205–210 (in Russian).
 8. Kon, I. S. (1989). *Psihologiya rannej yunosti* [Psychology of early adolescence], Prosveshchenie, Moscow, pp. 128–129 (in Russian).
 9. Isaev, E. I. (2012). *Pedagogicheskaya psihologiya* [Educational psychology], Izdatel'stvo Yurajt, Moscow, p. 284 (in Russian).
 10. Mudrik, A. V. (2019). "Gruppy sverstnikov v kiberprostranstve" [Peer groups in cyberspace], *Elektronnyj nauchno-publicisticheskij zhurnal "Homo Cyberus"*, № 1(6). Available at: http://journal.homocyperus.ru/peer_groups_in_cyberspace (in Russian).

11. Dekina, E. V., & Shalaginova, K. S. (2024). "Psichologo-pedagogicheskoe soprovozhdenie razvitiya obshcheniya u podrostkov gruppy riska" [Psychological and pedagogical support for the development of communication in adolescents at risk], *Nauchno-metodicheskij elektronnyj zhurnal "Koncept"*, № 7 (iyul'), pp. 59–71. Available at: <http://e-koncept.ru/2024/241105.htm> (in Russian).
12. Shishlyannikova, N. P. (2025). "Formirovanie kul'tury mezhnatsional'nogo obshcheniya v obshchem i professional'nom muzykal'nom obrazovanii" [Development of interethnic communication culture in general and professional musical education], *Nauchno-pedagogicheskoe obozrenie (Pedagogical Review)*, vyp. 2 (60), pp. 7–15. DOI: 10.23951/2307-6127-2025-2-7-15 (in Russian).
13. Parc, O. S. (2025). "Dosugovaya deyatel'nost' kak sredstvo social'nogo razvitiya odarenykh detej" [Leisure activities as a means of social development for gifted children], *Nauchno-metodicheskij elektronnyj zhurnal "Koncept"*, № 11 (noyabr'), pp. 141–152. Available at: <http://e-koncept.ru/2025/251219.htm> (in Russian).
14. Fomina, T. G., Filippova, E. V., & Morosanova, V. I. (2024). "Osoznannaya samoregulyaciya i shkol'naya vovlechnost' kak resursy sub'ektivnogo blagopoluchiya obuchayushchihsya" [Conscious self-regulation and school involvement as resources for students' subjective well-being], *Psihologo-pedagogicheskie issledovaniya*, № 16(3), pp. 156–173. Available at: <https://doi.org/10.17759/psyedu.2024160310> (in Russian).
15. Galimullina, N. M., & Zajnullina, G. I. (2025). "Razvitie navykov delovykh kommunikacij kak universal'noj kompetencii obuchayushchihsya" [Development of business communication skills as a universal competence of students], *Nauchno-metodicheskij elektronnyj zhurnal "Koncept"*, № 10 (oktyabr'), pp. 205–222. Available at: <http://e-koncept.ru/2025/251204.htm> (in Russian).
16. Trapicyn, S. Yu., Granichina, O. A., Agapova, E. N., & Zharova, M. V. (2024). "Issledovanie motivacii pedagogov k nastavnicheskoy deyatel'nosti v shkolah (na primere Sankt-Peterburga)" [A study of teachers' motivation for mentoring in schools (the case of St. Petersburg)], *Psihologicheskaya nauka i obrazovanie*, № 29(2), pp. 96–111. Available at: <https://doi.org/10.17759/pse.2024290207> (in Russian).
17. Egorova, M. A., & Emel'yanova, I. V. (2024). "Psichologicheskoe blagopoluchie podrostka: k voprosu o diagnosticheskom instrumentarii" [Psychological well-being of adolescents: on the issue of diagnostic tools], *Psihologo-pedagogicheskie issledovaniya*, № 16(4), pp. 3–19. Available at: <https://doi.org/10.17759/psyedu.2024160401> (in Russian).
18. Koshenova, M. I., & Rodionova, D. O. (2025). "Osobennosti zhiznestojkosti podrostkov grupp deviacionnogo riska" [Characteristics of the resilience of adolescents from deviant risk groups], *Institut psihologii Rossijskoj akademii nauk. Social'naya i ekonomicheskaya psihologiya*, № 10 (3-39), pp. 137–169. DOI: 10.38098/ipran.sep_2025_39_3_05 (in Russian).
19. Karmakar, R., & Chakravorti, R. (2025). "Predskazyvayut li cherty lichnosti kachestvo zhizni podrostkov?" [Do personality traits predict quality of life for adolescents?], *Psihologicheskaya nauka i obrazovanie*, № 30(4), pp. 120–129. Available at: <https://doi.org/10.17759/pse.2025300409> (in Russian).
20. Ageev, N. Ya., Tokarchuk, Yu. A., Tokarchuk, A. M., & Gavrilo, E. V. (2023). "Svyaz' cifrovyykh tekhnologij s razvitiem kognitivnykh i kommunikativnykh processov podrostkov i yunoshej: obzor empiricheskikh issledovanij" [The relationship between digital technologies and the development of cognitive and communicative processes in adolescents and young adults: a review of empirical studies], *Psihologo-pedagogicheskie issledovaniya*, № 15(1), pp. 37–55. Available at: <https://doi.org/10.17759/psyedu.2023150103> (in Russian).
21. Volkova, E. N. (2025). "Fenomeny socializacii sovremennykh podrostkov: Pro et contra" [Socialization Phenomena of Modern Teenagers: Pro et contra], *Social'naya psihologiya i obshchestvo*, № 16(2), pp. 23–42. Available at: <https://doi.org/10.17759/sps.2025160203> (in Russian).
22. Vygotskij, L. S. (2025). *Psihologiya razvitiya cheloveka [Psychology of human development]*, Izdatel'stvo Yurajt, Moscow, pp. 11–12 (in Russian).
23. El'konin, D. B. (2011). *Izbrannye psichologicheskie trudy [Selected psychological works]*, Akademiya, Moscow, 554 p. (in Russian).
24. Kotov, G. S. (2021). "Immersivnyj podhod v obrazovanii: vozmozhnosti i problemy realizacii" [Immersive approach in education: opportunities and challenges of implementation], *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya*, № 73-1, pp. 179–181 (in Russian).
25. Pronin, A. Yu. (2025). "Immersivnye tekhnologii v vysshem professional'nom obrazovanii: vzglyad v budushchee" [Immersive Technologies in Higher Education: A Look into the Future], *Razvitie obrazovaniya*, t. 8, № 3, pp. 47–53. DOI: 10.31483/r-150010. EDN MUPBNA (in Russian).
26. Soldatova, G. U., Rasskazova, E. I., & Klishevich, A. S. (2023). "Smeshannaya sreda s dopolnennoj real'nost'yu: efekty prisutstviya v situacii igrovogo vzaimodejstviya" [Mixed environment with augmented reality: effects of presence in a gaming interaction situation], *Ekspperimental'naya psihologiya*, 16(2), pp. 4–19 (in Russian).
27. Voronin, A. N., & Palenova, V. V. (2025). "Ispol'zovanie razlichnykh taktik obshcheniya s chat-botom pri rerajtinge teksta: ocenka efekta" [Using various chatbot communication tactics for text rewriting: evaluating the effect], *Psihologicheskij zhurnal*, № 46 (3), C. 47–59. DOI: 10.31857/S0205959225030059 (in Russian).

28. Stozhko, D. K., & Stozhko, K. P. (2024). "Rolevye igry i immersivnoe obuchenie: problemy sovremennogo vuzovskogo obrazovaniya" [Role-playing games and immersive learning: challenges in modern higher education], *Gumanitarij: aktual'nye problemy gumanitarnoj nauki i obrazovaniya*, № 2, pp. 178–191. DOI: 10.15507/2078-9823.066.024.202402.178-191 (in Russian).
29. Slobodchikov, V. I., & Isaev, E. I. (2000). *Osnovy psihologicheskoy antropologii. Psihologiya razvitiya cheloveka: razvitie sub"ektivnoj real'nosti v ontogeneze* [Fundamentals of Psychological Anthropology. Developmental Psychology of Humans: The Development of Subjective Reality in Ontogenesis], Shkol'naya Pressa, Moscow, p. 303 (in Russian).
30. Zhao, J., Song, F., Chen, Q. et al. (2018). "Linking shyness to loneliness in Chinese adolescents: The mediating role of core self-evaluation and social support", *Personality and Individual Differences*, pp. 140–144. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.01.007> (in English).
31. Gillies, R. M. (2023). "Dialogic teaching in a Year 5 classroom during cooperative inquiry-based science", *International Journal of Educational Research Open*, vol. 5. Available at: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2666374023000651> (in English).
32. Pérez-Torres, V. (2024). "Social media: a digital social mirror for identity development during adolescence", *Current Psychology*, № 43, pp. 22170–22180. Available at: <https://doi.org/10.1007/s12144-024-05980-z> (in English).
33. Yilmaz, E., & Griffiths, M. D. (2023). "Children's social problem-solving skills in playing videogames and traditional games: A systematic review", *Education and Information Technologies*, № 28, pp. 11679–11712. Available at: <https://doi.org/10.1007/s10639-023-11663-2> (in English).
34. Checa-Romero, M., & Gimenez-Lozano, J. M. (2025). "Video games and metacognition in the classroom for the development of 21st century skills: A systematic review", *Frontiers in Education*, № 9, Article 1485098. Available at: <https://doi.org/10.3389/feduc.2024.1485098> (in English).
35. Fernando, P. A., & Premadasa, S. (2024). "Use of gamification and game-based learning in educating Generation Alpha: A systematic literature review", *Educational Technology & Society*, vol. 27 (2), pp. 114–132 (in English).
36. Rubinshtejn, S. L. (2024). *Osnovy obshchej psihologii* [Fundamentals of General Psychology], Piter, St. Petersburg, 713 p. (in Russian).
37. Verbickij, A. A. (2017). *Teoriya i tekhnologii kontekstnogo obrazovaniya* [Theory and technologies of contextual education], MPGU, Moscow, 268 p. (in Russian).
38. Polat, E. S. (ed.) (2020). *Pedagogicheskie tekhnologii distancionnogo obucheniya* [Pedagogical technologies for distance learning], Izdatel'stvo Yurajt, Moscow, 392 p. (in Russian).
39. (1999). "Test "Ocenka urovnya obshchitel'nosti (V. F. Ryahovskij)" [Test "Assessment of the level of sociability (V. F. Ryahovsky)"]], *Psihologicheskie testy : v 2 t.*, Gumanit. izd. centr VLADOS, Moscow, t. 2, pp. 42–45 (in Russian).
40. Test "Diagnostika motivacionnyh orientacij v mezhlchnostnyh kommunikacijah" (I. D. Ladanov, V. A. Urazaeva) [Test "Diagnostics of motivational orientations in interpersonal communications" (I. D. Ladanov, V. A. Urazaeva)]. Available at: <https://psytests.org/ladanov/izp212.html> (in Russian).
41. Test "Diagnostika urovnya empatii" (I. M. Yusupov) [Test "Diagnostics of the level of empathy" (I. M. Yusupov)]. Available at: <https://psytests.org/eq/yusepl.html> (in Russian).
43. Test "Potrebnost' v obshchenii" (Yu. M. Orlov, V. I. Shkurkina) [Test "Need for communication" (Yu. M. Orlov, V. I. Shkurkina)]. Available at: <https://psytests.org/emvol/orlpo-run.html> (in Russian).

Вклад авторов

Е. В. Декина – обзор литературы, обоснование методологической базы исследования, описание эмпирического исследования.

С. В. Пазухина – обзор литературы, обоснование методологической базы исследования, описание эмпирического исследования.

Contribution of the authors

E. V. Dekina – literature review, rationale for the research methodological framework, description of the empirical study.

S. V. Pazukhina – literature review, rationale for the research methodological framework, description of the empirical study.