

Аспекты педагогической работы в вузе
по предотвращению и снижению риска формирования
цифровой зависимости молодежи

Aspects of pedagogical work at a university to prevent
and reduce the risk of digital addiction among young people

Автор статьи

Мантуленко Валентина Вячеславовна,
кандидат педагогических наук, доцент кафедры при-
кладного менеджмента ФГАОУ ВО «Самарский госу-
дарственный экономический университет», г. Са-
мара, Российская Федерация
mantoulenko@mail.ru
ORCID: 0000-0003-4333-7159

Author of the article

Valentina V. Mantulenko,
Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,
Department of Applied Management, Samara State Uni-
versity of Economics, Samara, Russian Federation
mantoulenko@mail.ru
ORCID: 0000-0003-4333-7159

Конфликт интересов

Конфликт интересов не указан

Conflict of interest statement

Conflict of interest is not declared

Для цитирования

Мантуленко В. В. Аспекты педагогической работы в вузе
по предотвращению и снижению риска формирования
цифровой зависимости молодежи // Научно-методиче-
ский электронный журнал «Концепт». – 2024. – № 07. –
С. 309–331. – URL: <https://e-koncept.ru/2024/241121.htm> –
DOI: 10.24412/2304-120X-2024-11121

For citation

V. V. Mantulenko, Aspects of pedagogical work at a uni-
versity to prevent and reduce the risk of digital addiction
among young people // Scientific-methodological elec-
tronic journal "Koncept". – 2024. – No. 07. – P. 309–331.
– URL: <https://e-koncept.ru/2024/241121.htm> – DOI:
10.24412/2304-120X-2024-11121

Поступила в редакцию <i>Received</i>	10.05.24	Получена положительная рецензия <i>Received a positive review</i>	10.07.24
Принята к публикации <i>Accepted for publication</i>	10.07.24	Опубликована <i>Published</i>	31.07.24



Аннотация

Вопросы цифровой зависимости стали чрезвычайно актуальными в последнее десятилетие, в том числе в контексте образования, в связи со стремительным развитием технологий, активным внедрением искусственного интеллекта во все сферы жизнедеятельности. В научной среде исследуются аспекты негативного влияния цифровизации, риски и последствия чрезмерного медиапользования. Однако до сих пор существуют различные, часто довольно противоречивые, мнения относительно сущности и показателей самого явления цифровой зависимости. Цель данной работы – определение ключевых аспектов педагогической работы в вузе по предотвращению явления цифровой зависимости, проведение диагностического исследования, направленного на выявление риска формирования цифровой зависимости молодежи на основе анализа и обобщения мирового опыта изучения данного феномена и собственного диагностического исследования. В задачи работы входило: анализ существующих подходов к изучению явления цифровой зависимости, проведение диагностического исследования, направленного на выявление риска формирования цифровой зависимости молодежи в процессе применения цифровых устройств для выполнения учебных задач, выделение актуальных аспектов совершенствования педагогической работы в вузе по предотвращению формирования цифровой зависимости студентов. Основные выводы, к которым приходит автор в данной работе, касаются неоднозначности трактовки термина «цифровая зависимость», компонентов и критериев данного феномена, отсутствия уровня медиаграмотности поколения «цифровых аборигенов», достаточного для того, чтобы противостоять риску возникновения цифровой зависимости. В результате было конкретизировано понятие цифровой зависимости на основе анализа и сопоставления различных подходов к его интерпретации, в том числе как педагогическая проблема, выявлены некоторые противоречия, существующие в сфере вузовского обучения и способствующие формированию цифровой зависимости молодежи, из чего складывается теоретическая значимость данной работы. Практическая значимость исследования заключается в том, что автором были сформулированы некоторые аспекты, требующие учета при планировании и организации педагогической работы в вузе по устранению негативных эффектов медиапользования и снижению риска формирования и развития цифровой зависимости молодежи.

Abstract

Issues of digital addiction have become extremely relevant in the last decade, including in the context of education, due to the rapid development of technology and the active introduction of artificial intelligence into all spheres of life. The scientific community is actively researching aspects of the negative impact of digitalization, risks and consequences of excessive media use. However, there are still different, often quite contradictory, opinions regarding the essence and indicators of the very phenomenon of digital addiction. The aim of this work is to determine the key aspects of pedagogical work at a university to prevent and reduce the risk of digital addiction among young people based on the analysis and generalization of world experience in studying this phenomenon and the original diagnostic research. The objectives of the work included: analysis of existing approaches to the study of the phenomenon of digital addiction, conducting a diagnostic study aimed at identifying the risk of the formation of digital addiction among young people in the process of using digital devices to perform educational tasks, highlighting relevant aspects of improving pedagogical work at a university to prevent formation of digital addiction of students. The main conclusions that the author comes to in this work concern the ambiguity of interpretation of the term «digital addiction», the components and criteria of this phenomenon, the lack of media literacy level of the generation of «digital natives» that would be sufficient to withstand the risk of digital addiction emergence. As a result, the concept of digital addiction was concretized on the basis of analysis and comparison of various approaches to its interpretation, including that as a pedagogical problem. Some contradictions were identified that exist in the field of university education and contribute to the formation of digital addiction among young people, which makes up the theoretical significance of this work. The practical significance of the study lies in the fact that the author formulated some aspects that require consideration when planning and organizing pedagogical work at a university to eliminate the negative effects of media use and reduce the risk of the formation and development of digital addiction among young people.

Ключевые слова

цифровая зависимость, информационная безопасность, цифровизация, образование, медиапользование детей и молодежи, обучение в вузе

Key words

digital addiction, information security, digitalization, education, media use by children and youth, university education

Благодарности

Автор выражает благодарность научному консультанту доктору педагогических наук, профессору М. Д. Горячеву.

Acknowledgements

The author expresses her gratitude to the scientific consultant, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor M. D. Goryachev.

Введение / Introduction

Начало нового тысячелетия ознаменовалось появлением и активным распространением различных портативных устройств (смартфоны, планшеты, ноутбуки), которые человек мог постоянно носить с собой, имея под рукой в любой момент необходимые средства информации и коммуникации. Это стало важным этапом вхождения в так называемую «цифровую эпоху». Технологии стали частью повседневной жизни человека, влияя на его социализацию, процессы получения образования, досуговые практики и социальное взаимодействие. Каждое новое поколение цифровых

устройств радикально меняло медиаландшафт, таким образом, мы получили новое поколение людей, рожденных и сформировавшихся в «оцифрованной» и пропитанной информацией среде. Ключевыми особенностями нового информационного общества стали «непривязанность» цифровых устройств ко времени и пространству: данные технологии обеспечивают доступ к информации практически в любой точке мира в любой момент. Подрастающее поколение утратило необходимость посещать физические библиотеки, читать традиционные книги на бумажном носителе, даже встречаться с друзьями в реальном мире, приобретая взамен глобальную информационную сеть, которая может использоваться повсеместно, выдавать любую интересующую информацию за доли секунды, обеспечивать коммуникацию с любым человеком. Так в жизнь молодежи вошли «блуждание» по социальным сетям, «серфинг» по безграничным просторам Интернета, онлайн- и офлайн-игры с эффектами дополненной реальности, мессенджеры.

Вопросы зависимости молодого поколения от цифровых устройств и информации являются сегодня важным аспектом изучения в педагогической науке, поскольку сам феномен цифровой зависимости становится все более распространенным, вызывая озабоченность педагогов и психологов. Цифровая зависимость напрямую влияет на информационную безопасность личности, которая рассматривается в принятой в 2023 году Концепции информационной безопасности детей в Российской Федерации [1] как одна из приоритетных задач для психолого-педагогических экспертных сообществ и государства в целом. В документе подчеркивается, что подрастающее поколение наиболее подвержено различным негативным воздействиям и манипуляциям со стороны цифровой среды в связи с «нестабильностью эмоциональной сферы, низким уровнем критичности восприятия и обработки информационного потока». Несмотря на высокую актуальность проблемы цифровой зависимости в контексте изучения информационной безопасности, в педагогической науке до сих пор нет единства в понимании сущности данного явления, о чем свидетельствуют различные трактовки и использование целого ряда синонимичных понятий, описывающих, на наш взгляд, различные типы данного вида зависимости.

Очевидным представляется тот факт, что человек, страдающий в той или иной степени цифровой зависимостью, особенно если речь идет о ребенке, не способен эффективно функционировать в социальной среде, обучаться и развиваться. Но здесь нам представляется важным понимать, в каких случаях мы действительно можем говорить о зависимости подрастающего поколения от гаджетов, Интернета, информации как о состоянии, которое мешает процессам социализации и обучения, а в каких случаях речь идет о специфических характеристиках нового поколения, которое родилось и развивается в совершенно иной (цифровой) реальности. Таким образом, явление цифровой зависимости достаточно сложное, комплексное, неоднозначное и требует рассмотрения в контексте педагогической науки, базируясь на данных исследований других научных направлений (медицины, психологии, социологии, юриспруденции и др.).

К. Ченг и А. Й. Ли [2] рассмотрели распространенность интернет-зависимости в мире и пришли к выводу, что вопреки существующей гипотезе о высоком уровне проникновения Интернета в странах с высоким ВВП на душу населения данная зависимость обратно пропорциональна уровню жизни людей, что отражается как в субъективных (удовлетворенность жизнью), так и в объективных (качество условий окружающей среды) показателях. Что касается нашей страны, то свыше 80% населения являются пользователями сети Интернет, при этом степень охвата глобальной сетью детей

и подростков, равно как и их медиаобеспеченность, являются практически 100%-ми [3]. В связи с этим нам представляется важной с точки зрения целенаправленных педагогических воздействий работа с детьми и молодежью в контексте развития их представлений о качестве жизни, смысловых и ценностных акцентах жизни, различных вариантах и сценариях проживания, отличающихся друг от друга в том числе степенью проникновения цифровых устройств и информационной нагрузкой. На наш взгляд, такая просветительская работа, равно как и погружение молодого поколения в разнообразные практики, деятельность вне цифровой среды необходимы как некая «прививка» от угрозы цифровой зависимости.

Традиционно считая молодое поколение наиболее уязвимым к негативному влиянию цифровизации, научное сообщество (прежде всего, в лице педагогов и психологов) стало выражать обеспокоенность относительно различного рода «зависимостей» детей и молодежи от тех или иных технических устройств (смартфонов, планшетов, игровых приставок) или цифровых продуктов и ресурсов (видеоигр, социальных сетей). Р. Али, Р. Джианг, К. Фальп, С. Муир и Дж. МакАлани [4] пишут о том, что выявление такого феномена, как цифровая зависимость, в науке и практике имело множество социально-экономических эффектов и было важным шагом в мировом профессиональном психолого-педагогическом сообществе прежде всего с этической точки зрения. Мы согласны с данным утверждением, полагая, что для сферы образования сегодня в контексте цифровизации приоритетное значение должны иметь именно вопросы цифровой и информационной безопасности личности, а не технические и инфраструктурные аспекты оснащенности и функциональности учебного процесса, его основных участников и образовательных учреждений. Важнейшим аспектом обеспечения информационной безопасности детей и молодежи для сохранения их физического, психического и психологического здоровья является целенаправленная педагогическая работа, построенная на комплексном (всестороннем) понимании таких явлений, как «цифровая зависимость», «медиагигиена», «информационный иммунитет», с учетом не только технических аспектов работы с ними, но и этических, мировоззренческих, аксиологических. Работа именно на глубинных уровнях видится нам эффективным способом противостояния негативным эффектам цифровизации.

М. Гриффиц [5] различает следующие компоненты проблемного использования цифровых устройств и ресурсов:

- 1) «очевидная значимость» цифрового продукта для человека (она может проявляться, например, в долгом обдумывании и планировании процесса медиапользования);
- 2) «толерантность» в отношении цифровых устройств и информационных ресурсов как желание и необходимость расходовать на их использование больше времени;
- 3) «модификации настроения» (имеется в виду медиапользование с целью забыть о проблемах и эмоциональных переживаниях, существующих в реальном мире);
- 4) «рецидив» (неспособность человека сократить использование тех или иных цифровых устройств или ресурсов);
- 5) «уход» от реальности (возникающее чувство беспокойства при невозможности использования или ограниченном доступе к цифровым продуктам, гаджетам);
- 6) «конфликт» интересов или сфер жизни (негативное влияние чрезмерного медиапользования на другие сферы жизни человека).

На наш взгляд, данные компоненты можно рассматривать в качестве уровней развития цифровой зависимости. Это важно для понимания задач и инструментария

педагогической работы, которые на различных уровнях проявления цифровой зависимости, очевидно, должны быть разными.

Перечисленные аспекты свидетельствуют о высокой актуальности изучения вопросов цифровой зависимости в контексте дальнейшей трансформации российского образования. В рамках данной работы предпринята попытка анализа и систематизации направлений исследований в данной области, выделения наиболее важных аспектов понимания явления цифровой зависимости для организации целенаправленной педагогической работы в вузе по предотвращению и снижению риска возникновения негативных эффектов цифровой зависимости молодежи.

Обзор литературы / Literature review

О киберкоммуникативной зависимости молодежи в интернет-эпоху пишут К. А. Крупнина, А. В. Соколова и Н. И. Симакина [6]. Исследователи рассматривают интернет-зависимость по аналогии с другими видами зависимости личности и даже с психическими расстройствами. Проанализировав особенности поведения человека, для которого характерен такой вид зависимости, отмечаем, что длительное, избыточное, нецелесообразное нахождение в сети приводит к определенным деструктивным изменениям сознания и работы когнитивной сферы личности, в частности мышления, что негативно сказывается на способности усваивать информацию и обучаться. Утрачиваются навыки социального общения, либо возникают сложности в сфере общения с реальными людьми в реальных жизненных ситуациях. Негативный эффект оказывается и на физическое здоровье человека, поскольку нарушается режим сна и отдыха, приема пищи, появляются проблемы со зрением, опорно-двигательным аппаратом. Человек «выпадает» из реальности во всех смыслах. Однако проведенное авторами диагностическое исследование относительно наличия у молодежи (от 18 до 25 лет) так называемой киберкоммуникативной зависимости и представленные в работе результаты скорее свидетельствуют об отсутствии данного вида зависимости: почти 90% опрошенных не испытывают потребности увеличивать время своего пребывания в глобальной информационной сети; 78% молодых людей не считают, что Интернет представляет какую-либо угрозу их социально значимым отношениям; свыше 84% никогда не скрывали от социального окружения степень своей вовлеченности в сеть; 80% респондентов вообще редко думают об Интернете; примерно у такого же количества опрошенных мысли о прекращении интернет-пользования не вызывают никакой негативной эмоциональной реакции. На основе полученных данных сами исследователи делают выводы о наличии киберкоммуникативной зависимости у 89,2% опрошенных молодых людей, что, наш взгляд, несколько противоречиво.

В собственном более раннем исследовании [7] мы рассмотрели степень информационных перегрузок современной молодежи. В целом современное поколение детей и молодежи – это поколение, которое уже родилось и развивается в цифровой среде, среде, насыщенной информацией; это именно те, кого в начале нового тысячелетия М. Пренски [8] назвал «цифровыми аборигенами», те, кто легко и быстро адаптируется под постоянно изменяющийся медиаландшафт. Они не представляют жизни без и вне Интернета, различных гаджетов и информации, что для представителей более старшего поколения часто может интерпретироваться как «зависимость», а по сути является одним из типичных атрибутов, базовой характеристикой данного поколения. Однако в своем исследовании [9] мы отмечаем: сам факт того, что мы дей-

ствительно в последнее десятилетие столкнулись с реальными «цифровыми аборигенами», не отменяет важности изучения способов, алгоритмов их медиапользования, особенностей различных информационных взаимодействий, равно как и потенциальных опасностей и рисков цифрового пространства для их обучения и развития.

По нашему мнению, последние аспекты пока изучены в недостаточной степени, однако те исследования, которые ведутся, безусловно, достойны внимания и сопоставления друг с другом. Так, например, в работе Ю. М. Перевозкиной и А. С. Тишковой [10] исследовалось влияние цифровой активности студенческой молодежи на их интеллектуальные и творческие способности, в результате был сделан вывод о том, что повышенная цифровая активность обнаруживается у тех молодых людей, которые чаще, чем другие, испытывают трудности со словарным запасом, аналитико-синтетическими способностями, при этом они более открыты новым идеям, хотя достаточно долгое время у них занимает задача по генерированию собственной оригинальной мысли.

А. Сорго, Т. Бартоль, Д. Дольникер и Б. Б. Подгорник [11] показали в своем исследовании, что традиционные атрибуты «цифровых аборигенов» вовсе не обязательно являются признаками наличия информационной грамотности. Основные выводы, которые были сделаны данными учеными, свидетельствуют о том, что опыт медиапользования совсем не обязательно говорит о медиаграмотности, медиакомпетентности его обладателей, равно как и факт применения цифровых устройств в процессе обучения в образовательных учреждениях (если только это не специальные курсы, направленные на повышение медиаграмотности), а само по себе обладание теми или иными цифровыми устройствами в целом положительно влияет на степень доверия Интернету.

М. И. Новиков, Н. И. Новиков и Т. А. Попова [12], опираясь на данные, полученные в ходе своего исследования, констатировали, что характер использования глобальной информационной сети среди молодежи весьма разнообразен и включает в себя в том числе решение учебных и профессиональных задач. Свыше 70% респондентов в их исследовании утвердительно ответили на вопрос о том, что «цифровая зависимость влияет на их академическую и профессиональную жизнь», при этом авторы делают вывод, что данное влияние носит скорее негативный характер («отвлечение внимания», «снижение производительности», «преобладание развлекательного контента»). Однако некоторые ответы респондентов, представленные в статье, свидетельствуют, на наш взгляд, не столько об их «цифровой зависимости», сколько о неразвитых навыках тайм-менеджмента (умении планировать свое время), слабо развитых навыках самоорганизации и самодисциплины, низком уровне критического мышления и умений работать с информацией, равно как и об отсутствии увлечений в реальной жизни.

Рассматривая формы цифровой зависимости, исследователи говорят, например, о таком ее проявлении, как сложность концентрации внимания. Так, в работе Е. В. Драгуновой и Л. С. Драгуновой [13] речь идет о «технологической зависимости»: исследователи описывают ее как невозможность сосредоточиться на чем-то, постоянное переключение внимания с одного объекта на другой. Кроме того, к признакам такой зависимости относят нарушения пищевого поведения (когда прием пищи либо вообще пропускается, либо происходит непосредственно за компьютером или со смартфоном) и трудности с общением в реальном социальном мире. Одновременно с этим исследователи говорят, что «поколение Z», собственно, то самое поколение «цифровых аборигенов», о котором шла речь выше, характеризуется тем, что способно выполнять много задач одновременно, в том числе в условиях цифровой среды.

В связи с этим нам кажется важным и корректным различение понятия цифровой зависимости в разных возрастных группах, то есть среди представителей разных поколений, ведь то, что может быть рассмотрено как признак цифровой зависимости у одной возрастной группы (например, частое переключение внимания), в контексте другой возрастной группы таковым не является. Кроме того, факторы, оказывающие влияние на рассмотренные «проявления» цифровой зависимости, разнообразны, поэтому не всегда можно уверенно говорить о том, что именно зависимость от тех или иных технических устройств или источника информации стала причиной рассматриваемых «симптомов».

Многочисленные исследования, рассматривающие влияние цифровой зависимости на когнитивные, познавательные процессы детей и молодежи, по нашему мнению, объединяет то, что все они свидетельствуют о важности перенастройки привычных педагогических практик медиапользования в процессе обучения как минимум. Как максимум сегодня действительно требуется целенаправленная социально-педагогическая, психолого-педагогическая работа по формированию и развитию информационной культуры, культуры медиапользования подрастающего поколения с самых ранних лет. А в контексте тренда на непрерывное образование и развитие данная работа видится нам полезной и за пределами вузовского обучения, уже в рамках андрагогики.

А. Мубарак и С. Квин [14] на основании полученных в своем исследовании данных утверждают, что интернет-зависимость может способствовать виктимизации, а также девиантному и проблемному поведению молодежи в социальных сетях в частности и, возможно, в киберпространстве в целом. Поскольку в исследованиях довольно часто упоминается негативное влияние чрезмерного медиапользования на сферу социальных взаимодействий человека, нам кажется правомерным распространить данный тезис и на сферу офлайн-пространства, однако нам представляется чрезмерно смелым утверждение исследователей М. В. Жуковой, К. И. Шишкиной, А. Н. Лямагиной, Е. В. Фроловой и Е. Ю. Волчегорской о том, что интернет-зависимость является формой девиантного поведения человека [15]. Понимая под девиантным поведением личности устойчивое поведение, отклоняющееся по тем или иным признакам от общепринятых, устоявшихся общественных норм, мы считаем необходимым рассмотреть этих самых норм относительно медиапользования детей, молодежи и взрослых, равно как и обозначение «контуров» самого понятия цифровой зависимости, которое по своим проявлениям, критериям, уровням будет, очевидно, разниться в зависимости от возраста и других факторов.

В данном контексте нам видится также полезным рассмотрение цифровой зависимости не в качестве причины тех или иных отклонений от социальной нормы, а в качестве «следствия» тех проблем, которые не решаются в реальной жизни человека, в том числе социально-педагогического и психологического характера. Выдвигая данный тезис, мы опираемся на данные исследований личностных характеристик людей, страдающих той или иной формой цифровой зависимости. Например, по результатам исследования З. Отмана, Ч. В. Ли и Й. Ч. Кюе [16] важными факторами, ведущими к формированию интернет-зависимости, являются импульсивный поиск новых ощущений и различного рода невротические состояния (тревога, стресс, депрессия, синдром дефицита внимания, агрессия, усталость, низкая самооценка и проч.). Сильную корреляцию между интернет-зависимостью и психическими проблемами подростков выявили японские ученые К. Кавабе, Ф. Хориучи, М. Очи, Й. Ока и С. Уэно [17], отмечая, что существенный «вклад» в форми-

рование такой зависимости вносит неконтролируемое и нерегулированное использование детьми смартфонов. Таким образом, личностные характеристики человека, образ жизни, окружение оказывают существенное влияние на возникновение у него тех или иных форм зависимостей, в том числе информационной и цифровой. И здесь степень и глубина специальных, целенаправленных педагогических воздействий становятся необходимыми и обязательными условиями для сохранения психического и психологического здоровья населения.

Очевидно, что одним из последствий пандемии стало обострение аспектов «ухода» даже взрослых людей в цифровую реальность, зависимости от цифровых сервисов. В значительной степени перестроились многие наши привычки и алгоритмы поведения. Данные аспекты способствовали повышению уровня стресса, что обостряло имеющиеся проблемы и приводило к появлению новых тревог, расстройств. Взаимосвязь между стрессом и различного рода цифровыми зависимостями (зависимость от социальных сетей, зависимость от смартфонов, зависимость от видео-игр и проч.) активно изучается сегодня. И. В. Ман и С. Ли [18] установили в своем исследовании четкую связь между уровнем академического стресса студентов и зависимостью от цифровых игр: результаты показывают, что чем выше уровень стресса, тем сильнее проявляется желание «забыться» в цифровом игровом пространстве. Похожий эффект «убегания» от проблем в реальной жизни в цифровую среду, где можно быть незаметным, успешным, общительным и открытым или, наоборот, закрыться от мира, исследователи обнаруживают, изучая мотивы использования социальных сетей.

Данная мотивация эскапизма, продиктованная желанием уйти в виртуальный мир от сложностей и противоречий действительности и невозможностью справиться с негативными эмоциями, рассматривается в работе М. Д. Блази, А. Джардина, К. Джардино, Г. Л. Коко, К. Тосто, Дж. Бильё и А. Шимменти [19], где авторы отмечают недостаточную степень изученности вопросов влияния нарушений эмоциональной регуляции на желание бегства от действительности. Сами ученые приходят к выводу о наличии такой связи и рассматривают «проблемное использование» цифровых устройств и ресурсов, в частности онлайн-игр, как «неадекватную стратегию преодоления негативных эмоциональных переживаний». Похожий эффект мы довольно часто видим сегодня и в образовательном контексте, когда за неэффективным или даже вредным медиапользованием стоит нежелание или неумение решить учебную задачу собственными интеллектуальными, мыслительными способностями, затратить на решение проблемы время, усилия или страх не справиться, быть неуспешным.

Относительно понимания самого термина «цифровая зависимость» есть мнение А. К. Синх и П. К. Синх [20], согласно которому это расстройство контроля над использованием цифровых устройств, поведение, когда человек поддается импульсам. Под цифровыми устройствами понимаются сами технологии и цифровые ресурсы, то есть Интернет, видеоигры, онлайн-платформы, мобильные устройства, различные цифровые гаджеты и платформы социальных сетей.

Рассматривая киберсоциализацию как процесс социализация личности, происходящий в цифровом пространстве, А. В. Сичинава [21] подчеркивает, что данный процесс сопровождается в большей степени различными негативными последствиями, выделяя три возможных сценария, по которым может развиваться взаимодействие цифровой среды и молодого поколения, – это варианты «гиперпотребления», «киберограниченности» и «разумного киберповедения». Описывая существующие в рамках данных сцена-

риев психолого-педагогические проблемы, исследователь отмечает необходимость системного подхода в рамках педагогической работы по предотвращению негативных вариантов развития событий, а также важность опоры на обеспечение эффективной учебной и творческой деятельности обучающихся в контексте «нецифровой» среды. Организация специальным образом продуманной и устроенной цифровой среды образовательного учреждения рассматривается как отдельный фактор, способствующий, на наш взгляд, снижению уровня стихийного, неконтролируемого медиапользования, а также степени зависимости от применения цифровых устройств.

Ключевой проблемой, с которой сталкивается педагогическое сообщество вузов сегодня, в условиях цифровой трансформации образования, по мнению И. В. Батуновой, А. Ю. Николаевой и Е. И. Лобыневой [22], является проблема неразвитости коммуникативных навыков обучающихся, в том числе ввиду чрезмерного использования цифровых устройств и погружения в онлайн-коммуникации. Отмечается, что студенты испытывают значительные трудности с формулировкой своих мыслей, что в значительной степени снижает эффективность обучения.

С. В. Иванова, Е. В. Мензул, Е. А. Василевская [23] пишут о четырех возможных и реализуемых уровнях изменения педагогической практики в контексте цифровой трансформации: во-первых, выделяется уровень «замещения» (как правило, здесь речь идет о минимальных преобразованиях педагогической практики – механической замене традиционных средств обучения на цифровые); вторым уровнем является уровень «улучшения» (здесь применение цифровых устройств упрощает в той или иной степени педагогическую работу); уровень «изменения» включает уже некую «продуктивную практику», когда с помощью цифровых устройств решаются те или иные педагогические задачи; уровень «преобразования» подразумевает применение цифровых устройств для решения тех педагогических задач, решить которые традиционными методами невозможно.

Ставшие привычными данные сценарии и уровни цифровой трансформации образования, однако, не снимают дидактических и психолого-педагогических проблем последнего десятилетия, которые обострились в связи со стремительным развитием самих цифровых устройств и не успевающей за этим развитием реальной педагогической практики. Во многом данные проблемы обусловлены именно стихийным, неконтролируемым использованием цифровых гаджетов и глобальной информационной сети Интернет для решения учебных задач, высокой степенью цифровой зависимости обучающихся. Среди возможных способов педагогической работы для снижения аддиктивного поведения молодежи по отношению к цифровым устройствам, выделяемым М. Ю. Айбазовой и А. А. Карасовой [24], отметим комплексность педагогических воздействий (на различных уровнях социального пространства, семьи и личности); учет возрастных, половых и других характеристик и особенностей обучающихся, заинтересованность и ответственность всех участников педагогического процесса, а также максимальную активность самих обучающихся в учебно-познавательной работе.

В контексте различных интерпретаций цифровой зависимости нам представляется важным также рассмотреть стадии возникновения и формирования данного явления, в том числе в контексте определения форм и способов педагогической работы по предотвращению появления цифровой зависимости или снятию ее негативных проявлений. В. В. Смирнов [25] выделяет пять ступеней развития цифровой зависи-

мости. Генезис данного вида зависимости, по мнению ученого, начинается с познавательно-практического интереса к цифровым устройствам и сервисам и достигает своей наиболее глубокой стадии при утрате самоконтроля над процессом медиапользования. Находящиеся между ними ступени отражают постепенный процесс смешения реального и виртуального миров. На второй стадии использование информационных ресурсов и цифровых устройств становится самоцелью, а не инструментом решения тех или иных задач. Третья стадия характеризуется устойчивым желанием владения новейшими образцами цифровых устройств и предпочтением виртуального мира реальному. Предпоследняя ступень развития цифровой зависимости выражается в гипертрофированной продолжительности использования цифровых устройств в ущерб личному или рабочему (учебному) времени.

Среди основных симптомов цифровой зависимости С. В. Морозов [26] выделяет состояние эйфории в момент пребывания в цифровой среде, в процессе использования того или иного устройства, потерю контроля над временем использования гаджета, появление раздражительности вне контекста медиапользования или при отсутствии доступа к техническому устройству, ощущение «неполноты бытия» вне цифрового контекста, проявления неискренности (лживости) во время общения, а также возникновение сложностей, проблем в различных сферах реального мира (здоровье, общение, обучение, профессиональная деятельность). В дополнение к ним Р. Тао, К. Хуанг, Дж. Ванг, Х. Цанг, Й. Цанг и М. Ли [27] относят к симптомам цифровой зависимости также озабоченность мыслями о цифровых устройствах и ресурсах, «толерантность» как стремление увеличить время пребывания в цифровой среде, игнорирование вредных последствий медиапользования.

А. В. Пеконици [28] отмечает сложности с выявлением, диагностикой цифровой зависимости, связанные с использованием «непоследовательных и нестандартных критериев оценки», слишком широкой областью диагностических исследований и несогласованностью критериев на глобальном уровне. На существующую необходимость нахождения консенсуса в отношении диагностических критериев указывается и в работах зарубежных исследователей; в частности, Д. Дж. Кусс и О. Лопез-Фернандес [29] пишут о необходимости единообразного подхода к пониманию и диагностике цифровой зависимости для повышения надежности проводимых исследований в данной области и разработки эффективных подходов к помощи лицам с аддиктивным цифровым поведением. К. Л. Дуонг, С. Й. Лиаф и Дж. П. М. Аугустин [30] подчеркивают необходимость междисциплинарного и культурологического подходов к изучению феномена цифровой зависимости, отмечая, что разные культурные особенности предполагают различные модели данного вида зависимости. Недостаточная разработанность критериев цифровой зависимости представляет собой важную проблему в контексте педагогики и образования, поскольку затрудняет понимание самого явления цифровой зависимости как педагогической проблемы и определение эффективных способов работы в данной сфере.

Таким образом, обзор и анализ отечественной и зарубежной литературы по проблеме исследования позволил нам сделать вывод о существующем противоречии в трактовке термина «цифровая зависимость»: иногда он рассматривается очень широко, иногда слишком узко, многие исследователи отождествляют понятие цифровой зависимости с терминами, обозначающими ее разновидности (интернет-зависимость, зависимость от социальных сетей, игровая зависимость и проч.). С точки зрения педагогики до сих пор отсутствует единое понимание параметров и условий отнесения

того или иного поведения по отношению к цифровым устройствам и информации к явлению «зависимости», которое требует на одних уровнях специальных превентивных педагогических воздействий, на других уровнях – коррекции, а на каких-то стадиях – выходит за рамки педагогики, становясь предметом работы медицинских специалистов и психологов.

Описывая цифровую зависимость как педагогическую проблему, ученые чаще всего пользуются термином «аддикция», подчеркивая, что данный тип аддиктивного поведения молодежи влияет на все сферы жизни, включая процесс получения образования. За чрезмерным увлечением цифровыми устройствами исследователи видят некий защитный механизм – «создание иллюзорной зоны комфорта», пространства, где проблемы и сложности реальной жизни решаются просто или вообще перестают существовать. Чаще всего данная проблема рассматривается в области социально-педагогических и психолого-педагогических исследований, однако совершенно четко в работах современных ученых прослеживается аспект изучения влияния чрезмерного, зависимого медиапользования на учебную деятельность и результаты обучения на разных уровнях образовательной системы.

Достаточно противоречивыми нам представляются выводы некоторых ученых о степени распространенности цифровой зависимости среди современной российской молодежи и о критериях, на основании которых данная зависимость диагностируется. Нами было сформулировано предположение о различных составляющих цифровой зависимости и критериях их оценки, специфичных для каждого поколения (возрастных групп). Кроме того, на основании анализа исследований был сделан вывод о том, что, рассматривая цифровую зависимость как педагогическую проблему, мы можем работать с начальной и средней стадиями данной зависимости, не с состояниями на грани патологии. Мы отметили, что пока в научном поле не так много междисциплинарных исследований феномена цифровой зависимости, вместе с тем, данное понятие является настолько комплексным, сложным и многогранным, что требует в первую очередь именно таких исследований, которые объединяли бы взгляды педагогов, психологов, юристов, медицинских работников специалистов сферы информационных технологий.

Среди важнейших дидактических проблем, которые оформились в контексте распространения цифровой зависимости молодежи, можно выделить следующие:

- снижение познавательной активности обучающихся и, как следствие – вовлеченности в учебную работу, учебной мотивации (понимая процесс обучения в вузе с точки зрения деятельностного подхода как «совместную деятельность педагога и обучающихся для решения задач обучения, воспитания, развития», мы теряем сегодня обучающихся как активных, ответственных и вовлеченных в учебную работу субъектов);

- неучет, незнание или игнорирование ценностных ориентаций молодого поколения, в том числе в сфере их увлеченности цифровыми технологиями, приводят к неэффективной организации процесса обучения (сегодня происходит значительный пересмотр ценностей среди молодежи, в том числе в области образования, что не может не оказывать влияние на процесс обучения в школе и в вузе, поскольку под обучением мы также понимаем ценностно ориентированный и личностно развивающий процесс освоения знаний, способов деятельности; ценностная направленность – это обязательный и важный атрибут процесса обучения);

- отсутствие комплексного, системного подхода к решению проблем непродуктивного применения цифровых устройств в учебных целях (с одной стороны, мы

наблюдаем усиление внимания к междисциплинарным исследованиям: «поиску опор дидактических норм в психофизиологии и когнитивной лингвистике» [31], с другой стороны, неиспользование результатов новейших междисциплинарных исследований в реальной педагогической практике ввиду различных причин).

В связи с этим нам представилось важным выявить основные положения, которые требуют учета, для планирования и организации целенаправленной педагогической работы в вузе для снижения риска формирования цифровой зависимости студентов.

Методологическая база исследования / Methodological base of the research

В рамках нашего исследования мы не рассматривали патологические стадии развития цифровой зависимости, отнесенные сегодня к психическим расстройствам, сконцентрировав внимание на феномене цифровой зависимости как проблеме, которую можно и нужно решать педагогическими способами. Также в задачи нашей работы не входило изучение отдельных разновидностей цифровой зависимости, мы рассматривали данный феномен как комплексную категорию, включающую в себя зависимость от различных цифровых устройств и информации.

Основными методами, используемыми в данной работе, послужили методы анализа и синтеза научной литературы по теме исследования, статистических и официальных источников международных организаций. Эмпирическая часть работы была реализована с применением метода опроса. Опрос проводился среди студентов Самарского государственного экономического университета посредством анонимного анкетирования (220 человек) и глубинных интервью (10 человек) в 2023 году. В рамках опроса нас интересовали аспекты общего характера относительно критериев достаточности или избыточности информации в жизни молодежи с учетом обучения в вузе (учебной информации) и активного использования различных цифровых устройств, целевого аспекта обращения к тем или иным информационным источникам неразвлекательного характера, сложностей, возникающих в процессе медиапользования, а также их субъективных ощущений на себе манипулятивного влияния посредством цифровых технологий и информационных перегрузок, а также способов справляться с ними.

Если рассматривать цифровую зависимость как педагогическую проблему, нам представляется важным выделить основные положения для построения модели педагогической работы в вузе по смягчению негативных факторов цифровой среды и неконтролируемого медиапользования, ведущих к формированию цифровой зависимости молодежи.

Результаты исследования / Research results

В результате опроса студентов было выявлено, что информация, получаемая в вузе (учебная информация), оценивается ими самими чаще всего как «достаточная» либо «дефицитная» вопреки традиционному представлению о загруженности учащейся молодежи в школе или вузе (рис. 1). В рамках глубинных интервью было выявлено, что, «добывая» недостающие сведения в глобальной информационной сети, студенты испытывают трудности с поиском и обработкой найденной информации. Предпочитаемый и распространенный формат – это синхронный поиск и нахождение данных в сети в условиях «здесь и сейчас», то есть речь идет о том, что молодое поколение не хочет тратить время на заблаговременный поиск и обработку информации к занятиям (как это предполагает преподаватель), студенты предпочитают отправлять запрос в сеть в рамках заданного преподавателем вопроса непосредственно на занятии и считывать ответ с

экрана смартфона или планшета, не углубляясь в аспекты достоверности выданных сведений, чаще всего не запоминая такую информацию.



Рис. 1. Оценка учебной информации по критерию достаточности

Аналогичным способом они «готовят» доклады и сообщения, а некоторые даже отметили, что данный способ «работает» и на экзаменах. Согласно ответам опрошенных, бывают задания и/или дисциплины, когда такой алгоритм не помогает, приходится искать информацию в разных источниках и обрабатывать ее, в этих случаях у них не всегда получается сделать выбор и анализ данных с точки зрения их достоверности, точнее, о критерии достоверности вообще редко кто-то из опрошенных задумывается (вероятно, здесь сказывается низкий уровень развития критического мышления или низкая мотивация к успешному выполнению задания). Чаще всего, осуществляя отбор материала для будущего сообщения или иной академической работы, студенты ориентируются на критерий новизны/актуальности данных, чуть реже – на критерий их непротиворечивости друг другу. Критерий релевантности найденной информации заданию оценивается опрошенными как «не сильно важный», очевидно, здесь снова срабатывает высокая степень доверия молодого поколения к информации в глобальной информационной сети: ведь если поисковая программа выдала такие результаты на запрос, значит, это уже «релевантные» данные. На наш взгляд, здесь мы имеем дело с одной из опасных граней информационной зависимости – это высокая степень доверия информации в сети, что значительно повышает подверженность различного рода манипуляциям сознанием пользователей.

Опрос показал, что ведущим фактором, препятствующим тщательной обработке информации, полученной/найденной в сети, является лень. Студенты выразили убеждение, что само развитие цифровых технологий направлено на облегчение жизни людей, соответственно, «зачем заново изобретать велосипед» – обрабатывать информацию, которая кем-то была составлена и обработана до этого. Аналогично оценивается в большинстве случаев и информация, сгенерированная, например, GPT-чатом на основе использования технологии искусственного интеллекта.

В среднем студенты проводят в сети около трех часов в день (рис. 2), что является весьма значительным показателем.

Сколько в среднем времени Вы проводите каждый день в сети Интернет?

220 ответов

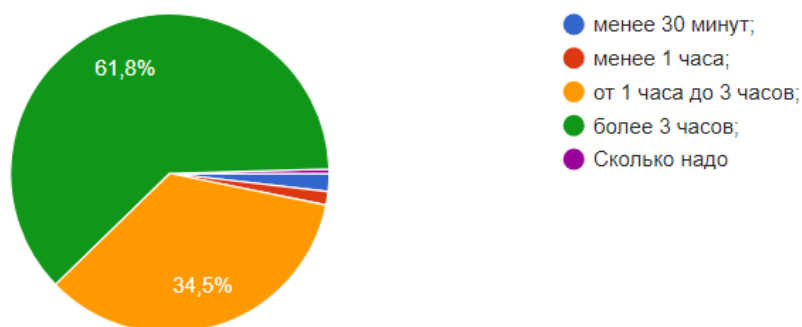


Рис. 2. Объем времени, проводимого студентами в сети Интернет

Студенты отрицают наличие у себя информационных перегрузок, одновременно с этим сама проблема информационной загруженности 70% опрошенных признается как важная и актуальная. Не будучи сами информационно перегруженными и/или не признавая этого, молодые люди при этом охотно отвечали на вопросы о способах снятия так называемой «информационной интоксикации». Около 30% опрошенных «отдыхают от информации» посредством «просмотра фильмов, роликов или телевидения, прослушивания музыки», таким образом одно медиапользование просто заменяется другим, а такой способ противостояния информационным перегрузкам, как «непользование» различными гаджетами, находится лишь на 7-м месте (см. рис. 3).



Рис. 3. Предпочитаемые студентами способы борьбы с информационными перегрузками

Здесь мы видим еще одно возможное «измерение» цифровой зависимости – невозможность или трудность замены взаимодействия с медиа какой-либо деятельностью в реальном (предметном, социальном мире) без тех или иных технических

устройств («техническая или технологическая зависимость»). Однако это можно рассматривать и как привычный, естественный для цифрового поколения молодежи атрибут: они родились и выросли «со смартфоном в руке», поэтому «непользование» гаджетами скорее воспринимается ими как противоестественное состояние. Появляющиеся сегодня практики, курсы по так называемой «информационной детоксикации» привлекают молодых людей в большей степени как модные, «нетипичные», «необычные» практики, возможность пережить неведомый, новый для них опыт – жизни без цифровых устройств и Интернета.

Из обозначенных нами в начале данной работы компонентов цифровой зависимости мы смогли выявить в рамках собственного диагностического исследования с учетом его ограничений лишь некоторые признаки первых трех компонентов (значимость цифровых устройств и Интернета для опрошенных, толерантность по отношению к ним, в том числе выражающаяся в высокой степени доверия к информации глобальной информационной сети, а также эмоциональная зависимость от их использования). Однако еще раз подчеркнем, что данные признаки одновременно являются характерными признаками поколения «цифровых аборигенов» и отнесение их наличия к признакам цифровой зависимости носит, на наш взгляд, весьма условный характер.

Таким образом, мы получили данные, сопоставимые с результатами исследований коллег, свидетельствующие о том, что случаи патологической, глубокой цифровой зависимости в массовых масштабах в условиях нашей страны – явление пока еще редкое, однако как педагогическая проблема данный феномен активно развивается и требует согласованной, системной работы по сглаживанию имеющихся уже сегодня негативных эффектов и предотвращению появления новых. С точки зрения педагогики проблема формирования и развития цифровой зависимости среди молодежи заключается в том, что современные студенты, несмотря на большой опыт использования цифровых устройств и продуктов в учебной работе в школе и в вузе, не обладают развитыми компетенциями продуктивного использования информационных и коммуникационных продуктов для решения многих академических задач, у них низкий уровень информационной культуры в целом, что характеризует процесс медиапользования как стихийный, что повышает риски возникновения цифровой зависимости, неэффективной учебной работы во время обучения и низкого уровня формирования важных в современном обществе информационных и коммуникативных компетенций, востребованных на рынке труда.

В связи с тем что, поступая в вуз, молодые люди уже являются опытными пользователями различных цифровых устройств, с определенными привычками и стратегиями медиапользования, на формирование и развитие которых оказало существенное влияние медиаобеспеченность их домашних хозяйств, семейное воспитание, опыт применения цифровых медиа в процессе школьного обучения и другие факторы, то работа с ними в контексте дальнейшего развития их медиакомпетентности имеет смысл в направлении продуктивного, эффективного (в том числе творческого) применения цифровых технологий и ресурсов для решения учебных задач, а также задач личностного и профессионального развития. Целенаправленная педагогическая работа в данном направлении как раз подразумевает просвещение относительно физиологических, психических, психологических и юридических аспектов цифровой зависимости и цифровой безопасности, медиагигиены и общей информационной культуры личности. Кроме того, педагогические усилия должны быть направ-

лены на формирование/развитие новых продуктивных и эффективных практик работы в цифровой среде, способствующих не деградации основных познавательных процессов молодежи, а наоборот – развитию их творческого потенциала, мышления, мировоззрения.

Анализ научных работ, статистических обзоров и официальных документов в области цифровой зависимости, информационной безопасности личности в цифровую эпоху, медиапедагогики, а также собственные исследования в данной области позволили нам сформулировать следующие проблемы, которые, на наш взгляд, важно учесть при планировании и организации педагогической работы в вузе по предотвращению цифровой зависимости обучающихся:

1. Базовым уровнем, оказывающим принципиально важное влияние на возможность возникновения цифровой зависимости, является уровень медиаокружения человека, так называемый «медиаландшафт»: предметы физического мира, устройства, наличие доступа к глобальной информационной сети, качество этого доступа, возможность и частота обновления технической базы и «цифровой инфраструктуры» личности. В контексте окружения мы сегодня довольно часто вступаем в диссонанс со студенческой аудиторией, когда, например, преподаватель на занятии имеет худшую технологическую обеспеченность с точки зрения оснащения конкретного учебного помещения, чем студенты, у которых цифровые устройства всегда под рукой. Одновременно с этим нередко наблюдается и обратная ситуация, когда преподаватель, исходя из уверенности в высокой технической оснащенности студентов, дает им задание, предполагающее использование Интернета, а возможности доступа и лимита трафика у отдельных студентов могут просто не позволять выполнить полученное задание по техническим причинам. В связи с этим образовательным учреждениям требуется обеспечить одинаковые, равные технологические условия для продуктивной работы всех обучающихся в рамках аудиторных занятий, что на практике сегодня реализовано посредством локального доступа к глобальной информационной сети в вузе, однако до сих пор качество такого беспроводного доступа довольно часто невысокое или разнится в разных академических корпусах, аудиториях. Данный аспект требует учета и во внеаудиторных формах работы, в том числе в рамках самостоятельной работы студентов вне вуза. В рамках проведенных нами глубинных интервью студенты рассказали случаи, когда преподаватели давали им задания, невыполнимые для отдельных ребят в домашних условиях опять же в связи с ограниченным доступом к Интернету либо вовсе отсутствием данного доступа в месте их пребывания по тем или иным причинам, платным доступом и/или ограниченным бесплатным доступом к тем или иным цифровым ресурсам, что осложняло выполнение учебной задачи или вовсе делало ее выполнение невозможным, как следствие, снижая учебную мотивацию и добавляя фрустрационные эффекты в процесс обучения. Кроме того, с учетом в целом насыщенности информационных взаимодействий современного человека, безусловно, полезными являются задания, упражнения для развития мышления и других когнитивных процессов без участия тех или иных технических средств и ресурсов, так возникает особый тип учебных задач, требующих для своего выполнения отсутствие цифровых медиа и доступа к ним. В связи с этим вузам есть над чем подумать в плане юридически грамотной организации такого рода занятий без ущемления имущественных и иных прав и свобод студентов. Таким образом, работа на уровне окружения предполагает в первую очередь учет технических возможностей студентов, их домашних хозяйств, а также реальной оснащенности вузов.

2. Уровень поведения во многом определяется предыдущим уровнем, поскольку наши привычки в обращении с медиа формируются в конкретном цифровом и информационном окружении, являются обусловленными предметным миром. Ежедневные цифровые практики каждого человека индивидуальны, равно как и способы общения в реальном и виртуальном мире, умения работать с информацией. Предполагается, что студенты приходят в вуз с примерно одинаковым и ожидаемым набором умений работы с информационными и коммуникационными устройствами и ресурсами, однако на практике преподаватели довольно часто не довольны уровнем компьютерной грамотности студентов. Так, например, в рамках глубинных интервью опрошенные отметили, что не всегда понимают, что от них требуют преподаватели в техническом плане, например, при оформлении курсовых работ. Данный разрыв достаточно часто наблюдается в современных российских реалиях: когда, казалось бы, хорошо ориентирующиеся в мире цифровых устройств молодые люди оказываются не настолько «хороши» в плане конкретных умений, компетенций, необходимых для выполнения типовых учебных задач. Иными словами, мы наблюдаем упомянутый выше феномен, когда «цифровые аборигены» не демонстрируют высокий или даже средний уровень медиаграмотности, а предлагаемые студентам для выполнения учебных задания редко носят эвристический, поисковый, проблемный характер, в том числе предполагающий критический обзор найденной информации, данных без применения цифровых продуктов. В то же время у педагогов часто не хватает времени и возможностей для повышения уровня медиаграмотности обучающихся, их информационной культуры в рамках преподавания своих дисциплин и разработки учебных заданий, выполнение которых исключало бы «бездумное» использование цифровых устройств. На наш взгляд, ведущая проблема на уровне поведения сегодня – это преобладание репродуктивного, пользовательского применения цифровых медиа детьми и молодежью в противоположность продуктивному, творческому, изобретательскому. Иными словами, наши «цифровые аборигены» предпочитают быть пассивными пользователями и потребителями информации, нежели ее продуцентами, создателями уникального контента либо хотя бы студентами, решающими задачи по осмыслению и переработке получаемой информации.

3. Уровень мотивации отвечает на вопрос, почему цифровые практики молодежи носят преимущественно репродуктивный характер. Основная мотивация – сделать жизнь легче, «упростить», «не напрягаться там, где можно не напрягаться». Возникает парадокс: один из ведущих видов деятельности, характерный для студенчества, – учебная деятельность, деятельность, связанная с профессиональным становлением, перестает быть ведущей и одной из приоритетных, поскольку молодые люди не хотят настраивать свои цифровые практики на учебные задачи. Обучение как процесс перестает быть приоритетным в жизни учащейся молодежи. По словам самих студентов, большое влияние на это оказывает, например, внедренная в некоторых вузах балльно-рейтинговая система обучения, которая действительно в значительной степени «облегчает» академическую жизнь, механизмируя и формализуя процесс получения минимально допустимых значений (баллов), необходимых для аттестации. Процесс обучения, безусловно, становится более прозрачным и понятным, но при этом демотивирующим и антиэвристическим. Суммируя это с пониманием тех мотивов медиапользования, которые преобладают чаще всего (это мотивы комфорта, экономии времени и усилий, а также ведущий мотив использования цифровых ресур-

сов – мотив развлечения), мы получаем картину, которая никоим образом не располагает молодое поколение к продуктивному применению медиа в учебной работе, личностной реализации и творчестве.

4. Следующий уровень, который должен особо учитываться в процессе педагогической работы в области предотвращения цифровой зависимости молодежи, – это уровень ценностей. Ценностные ориентации, безусловно, являются базой для мотивов использования цифровых ресурсов и устройств. Это уровень, который непосредственно связан с эмоциональными переживаниями личности, а потому ему должно быть уделено особое внимание в контексте целенаправленной работы с возможными проявлениями цифровой зависимости, ведь именно эмоции являются тем «спусковым крючком», который одних заставляет уходить из реального мира в виртуальный и «закрываться» в нем, других – проявлять агрессию офлайн и онлайн, подвергать себя и других различным киберугрозам и не только. Если ранее, на предыдущих этапах цифровизации, мы могли быть относительно спокойны за эмоциональную составляющую процесса обучения, ведь считалось, что медиаустройства не способны дать пользователям тот эмоциональный отклик, который может дать реальный человек (преподаватель), и процесс обучения посредством компьютерных технологий представлялся нам обезличенным, безэмоциональным, то сегодня, в эпоху активного развития технологии искусственного интеллекта, цифровые устройства успешно выполняют функцию эмоциональной регуляции состояний человека. Мы имеем дело с реальностью, которая в эмоциональном плане способна конкурировать с реальным человеческим общением, и это выдвигает как минимум новые требования к организации процесса обучения и субъект-субъектного взаимодействия в рамках данного процесса и за его пределами.

5. Уровень убеждений базируется, в свою очередь, на уровне ценностных ориентаций всех участников образовательного процесса (обучающихся, обучающихся, менеджмента образовательных учреждений, родителей обучающихся, потенциальных работодателей). Одной из острых и важных проблем, существующих на данном уровне сегодня, по нашему мнению, является проблема обесценивания знаний и учебной информации. Так, например, часто родителями внушается мысль о формальной роли образования (важности получения диплома как некой вехи), в результате чего студенты уже попадают в вуз с убеждением «чистой формальности» процесса обучения и «практической неприменимости» получаемых знаний. Свой «вклад» в это иногда добавляют и потенциальные работодатели, транслируя мысль о том, что вузы сегодня готовят к выполнению тех задач, которых уже не существует. В процессе нашего опроса относительно критерия достаточности получаемой в вузе информации некоторые студенты отмечали, что с точки зрения объема информация удовлетворяет данному критерию, однако с точки зрения «практической применимости» часто является «дефицитной». Уточняющие вопросы показали, что эта «дефицитность» иногда связана с тем, что студенты не получают всей необходимой информации для решения каких-то задач, кейсов и «вынуждены искать ее самостоятельно», либо это связано как раз с убеждением об «отрыве» или «отставании» получаемой в вузе информации от реальной практики.

6. Еще один уровень, о котором нам хотелось бы упомянуть в рамках данной работы, – это уровень идентичности. Это тот уровень, который позволяет противопоставить шестому компоненту цифровой зависимости формирование у молодого по-

коления комплексного представления о себе как о разумном и эффективном пользователе цифровых продуктов и ресурсов, основанного на «здоровых» ценностях и убеждениях, понимании «экологии» медиапользования, рефлексивном и грамотном подходе к данному процессу и высоком уровне общей информационной культуры личности. Данный уровень существующих проблем на актуальном этапе цифровой трансформации образования характеризуется тем, что у обучающегося довольно часто отсутствует целостное представление о себе как будущем специалисте в той или иной области даже к середине срока обучения в вузе. Особенно это настораживает в плане формирования метапредметных компетенций, которые являются сегодня ключевыми на рынке труда. Данные компетенции большей частью связаны с умениями эффективно работать с информацией в широком смысле, управлять своим личным и профессиональным развитием, самообучаться.

С точки зрения дидактики целенаправленная педагогическая работа по решению выявленных проблем и противоречий на представленных выше уровнях предполагает, на наш взгляд, необходимость использования в рамках различных учебных дисциплин таких способов и форм, которые максимально эффективно позволяли бы решать учебные задачи. Важно, чтобы новые технологии педагогической работы способствовали развитию умений продуктивной деятельности обучающихся и обучающихся с информацией и цифровыми устройствами, разносторонне развивали всех участников образовательного процесса и воспитывали молодежь с точки зрения ответственного и безопасного медиаиспользования.

Перечисленные проблемные аспекты и противоречия (медиаокружение подрастающего поколения в образовательном учреждении и за его пределами, привычные практики взаимодействия с цифровыми устройствами, ценности, убеждения и мотивы, лежащие в их основе, а также специфические характеристики самого поколения «цифровых аборигенов») не являются исчерпывающими для построения эффективных практик педагогической работы в вузе и, вероятно, будут дополняться. На данном этапе нашей исследовательской работы они представляются важными для дальнейшего обсуждения и построения на их основе программы педагогической работы в сфере информационной безопасности в образовании и противостояния угрозе цифровой зависимости подрастающего поколения.

Заключение / Conclusion

Низкая медиакомпетентность и недостаточно развитая общая информационная культура становятся решающими факторами, приводящими к неосознанному и поэтому небезопасному медиапользованию, нарушающему также активно обсуждаемую сегодня в науке и на практике медиагигиену и информационную безопасность личности и общества в целом. Феномен цифровой зависимости личности активно изучается, оставаясь при этом противоречивым и многогранным. Диапазон его рассмотрения достаточно широк: от исследований узких форм (конкретных разновидностей) цифровой зависимости до отнесения данной проблемы к числу заболеваний, психических расстройств, имеющих глобальное значение. С точки зрения педагогики изучение явления цифровой зависимости имеет сегодня чрезвычайно важное значение для обеспечения информационной и цифровой безопасности личности обучающихся, их безопасного, экологичного и эффективного развития на разных возрастных этапах.

В рамках данной работы нами были рассмотрены различные подходы к пониманию феномена цифровой зависимости, ее компонентов, разновидностей, противоречий и неоднозначных выводов относительно степени остроты данной проблемы и ее реальных проявлений. Автором представлены результаты собственного диагностического исследования, а также предложены некоторые аспекты, на основании которых планируется разработка модели педагогической работы в вузе по минимизации риска развития цифровой зависимости учащейся молодежи.

К числу наиболее важных выводов данной работы можно отнести следующие:

- с одной стороны, сама по себе принадлежность к поколению «цифровых аборигенов» не означает наличие у подрастающего поколения достаточного уровня медиаграмотности, что во многом предопределяет риск формирования цифровой зависимости; однако, с другой стороны, в настоящее время существует необходимость определения четких признаков информационной зависимости, в том числе как педагогической проблемы, разграничивающих специфические характеристики поколения «цифровых аборигенов» от симптомов зависимости, которые являются предметом специальных педагогических воздействий;

- цифровая зависимость как педагогическая проблема, на наш взгляд, состоит сегодня прежде всего в том, что способы и формы педагогической работы в вузе с применением цифровых технологий носят разрозненный, неравномерный характер, не способствуют повышению медиаграмотности студентов, развитию их информационной культуры и культуры эффективного использования цифровых устройств в учебной и будущей профессиональной деятельности, что в значительной степени повышает риск появления цифровой зависимости и негативных эффектов данного явления среди молодежи;

- компоненты цифровой зависимости пока точно не определены, кроме того, они с большей долей вероятности разнятся в зависимости от возрастной группы, в контексте которой мы рассматриваем данное явление, в профессиональном психолого-педагогическом сообществе нет единства в понимании критериев измерения цифровой зависимости;

- при изучении данного явления требуется применение междисциплинарного и культурологического подходов, цифровая зависимость как педагогическая проблема требует своего решения также с позиций комплексного и системного подходов;

- возможным способом снижения риска возникновения цифровой зависимости молодежи может быть целенаправленная педагогическая работа в вузах, основанная на понимании механизма возникновения цифровой зависимости и факторов, ее обуславливающих, на принципиально новой концепции взаимодействия образовательного учреждения с цифровыми медиа и информационными технологиями, учитывающей аспекты безопасного и единого с точки зрения доступности и функционала образовательного пространства, необходимости преимущественного использования продуктивных способов работы с учебным содержанием (с определением оптимального соотношения форм и методов работы с использованием цифровых устройств и без них), важности работы на уровне ценностей и убеждений обучающихся (в рамках учебной и внеучебной деятельности), особенно относительно ценности знаний, образования, самопознания, самообучения в течение всей жизни.

Ссылки на источники / References

1. Концепции информационной безопасности детей в Российской Федерации. – URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/406740607/>

2. Cheng C., Li A. Y. Internet addiction prevalence and quality of (real) life: A meta-analysis of 31 nations across seven world regions // *Cyberpsychological Behavior and Social Networking*. – 2014. – № 17(12). – P. 755–760.
3. РосКачество: Интернет в России: Что говорит статистика? – URL: <https://rskrf.ru/tips/eksperty-obyasnyayut/internet-stats/>
4. Ali R., Jiang N., Phalp K. et al. The emerging requirement for digital addiction labels // *Requirements Engineering: Foundation for Software Quality. REFSQ 2015. Lecture Notes in Computer Science* / eds. S. Fricker, K. Schneider. – Springer, Cham, 2015. – № 9013. – P. 198–213.
5. Griffiths M. A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework // *Journal of Substance Use*. – 2005. – № 10(4). – P. 191–197.
6. Крупинина К. А., Соколова А. В., Симакина Н. И. Молодежь и интернет: как использовать интернет в пользу личного и профессионального развития // *Формирование и развитие новой парадигмы науки в условиях постиндустриального общества: сб. ст. Междунар. науч.-практ. конф.: в 2 ч. – Уфа: ООО «Омега сайнс», 2024. – С. 120–124.*
7. Мантуленко В. В. Информационные перегрузки российской учащейся молодежи: миф и реальность // *Россия: общество, политика, история*. – 2023. – № 2(7). – С. 38–53.
8. Prensky M. Digital natives, digital immigrants. Part 1 // *On the Horizon*. – 2001. – № 9(5). – P. 1–6.
9. Мантуленко В. В. Информационные перегрузки российской учащейся молодежи: миф и реальность.
10. Перевозкина Ю. М., Тишкова А. С. Индивидуальные особенности студенческой молодежи в зависимости от их цифровой активности в социальных сетях // *Человеческий капитал*. – 2024. – № 3(183). – С. 272–279.
11. Šorgo A., Bartol T., Dolničar D., Podgornik B. B. Attributes of digital natives as predictors of information literacy in higher education // *British Journal of Educational Technology*. – 2016. – № 48(3). – P. 749–767.
12. Новиков М. И., Новиков Н. И., Попова Т. А. Цифровая зависимость: причина упущенного времени в жизни молодежи // *Социальные проблемы молодежи: от образования до занятости: материалы Всерос. студ. науч.-практ. конф. – Хабаровск: Тихоокеанский государственный университет, 2023. – С. 120–124.*
13. Драгунова Е. В., Драгунова Л. С. Цифровая трансформация образования и проблемы технологической зависимости // *Актуальные проблемы правовых, экономических и гуманитарных наук: материалы XIII Междунар. науч.-практ. конф. профессорско-преподавательского состава, аспирантов, магистрантов и студентов, Минск, 20 апреля 2023 года. Ч. 2. – Минск: Учреждение образования «БИП – Университет права и социально-информационных технологий», 2023. – С. 184–186.*
14. Mubarak A., Quinn S. General strain theory of Internet addiction and deviant behaviour in social networking sites (SNS) // *Journal of Information, Communication and Ethics in Society*. – 2019. – № 17(1). – P. 61–71.
15. Жукова М. В., Шишкина К. И., Лямагина А. Н. и др. Взаимосвязь между личностными характеристиками и степенью цифровой зависимости у студентов педагогического вуза // *Science for Education Today*. – 2023. – № 13(3). – P. 28–43.
16. Othman Z., Le Ch. W., Kueh Y. Ch. Association with impulsive sensation seeking and neuroticism-anxiety traits // *International Medical Journal*. – 2017. – № 24 (5). – P. 375–378.
17. Kawabe K., Horiuchi F., Ochi M. et al. Internet addiction: Prevalence and relation with mental states in adolescents // *Psychiatry and Clinical Neurosciences*. – 2016. – № 70(9). – P. 405–412.
18. Mun I. B., Lee S. A moderated mediation model of the relationship between academic stress and digital game addiction // *Current Psychology*. – 2024. – № 43. – P. 9078–9088.
19. Blasi M. D., Giardina A., Giordano C. et al. Problematic video game use as an emotional coping strategy: Evidence from a sample of MMORPG gamers // *Journal of Behavioral Addictions*. – 2019. – № 8(1). – P. 25–34.
20. Singh A. K., Singh P. K. Digital addiction: A conceptual overview // *Library Philosophy and Practice (e-journal)*. – 2019. – 3538.
21. Сичинава А. В. Проблема киберсоциализации и медиа-аскетизм в современной образовательной практике // *Педагогическое образование*. – 2023. – Т. 4. – № 3. – С. 83–86.
22. Batunova I. V., Nikolaeva A. Y., Lobineva Y. I. Higher School digitalization development // *International Research Journal*. – 2024. – № 2(140). DOI: 10.23670/IRJ.2024.140.4.
23. Иванова С. В., Мензул Е. В., Василевская Е. А. Трансформационные процессы личности студента в контексте цифровизации профессионального образования // *Современные проблемы науки и образования*. – 2022. – № 4. – С. 36. DOI: 10.17513/spno.31906.
24. Айбазова М. Ю., Карасова А. А. Профилактика цифровой зависимости обучающихся как условие успешной цифровой трансформации образовательных учреждений СПО // *Педагогический журнал*. – 2021. – Т. 11. – № 6А. – С. 348–356. DOI: 10.34670/AR.2021.63.68.050.
25. Смирнов В. В. Феномен цифровой зависимости в условиях информационного общества (социально-психологический аспект) // *Высшее образование сегодня*. – 2019. – № 4. – С. 72–76.
26. Морозов С. В. Проблема Интернет-зависимости среди подростков // *Интеллектуальные ресурсы – региональному развитию*. – 2019. – № 2. – С. 420–425.

27. Tao R., Huang X., Wang J. et al. Proposed diagnostic criteria for internet addiction // *Addiction*. – 2010. – № 105(3). – P. 556–564.
 28. Пеконида А. В. Цифровая зависимость у детей и подростков. Современные стратегии диагностики и лечения // *РМЖ. Медицинское обозрение*. – 2021. – № 5(5). – С. 322–329.
 29. Kuss D. J., Lopez-Fernandez O. Internet addiction and problematic Internet use: A systematic review of clinical research // *World J Psychiatry*. – 2016. – № 6(1). – P. 143–176.
 30. Duong X. L., Liaw S. Y., Augustin J. P. M. How has Internet addiction been tracked over the last decade? A literature review and 3C paradigm for future research // *International Journal of Preventive Medicine*. – 2020. – № 11. – 175.
 31. Осмоловская И. М. Пространство дидактических проблем // *Ценности и смыслы*. – 2015. – № 2(36). – С. 85–92.
-
1. *Koncepcii informacionnoj bezopasnosti detej v Rossijskoj Federacii [Concepts of information security of children in the Russian Federation]*. Available at: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/406740607/> (in Russian).
 2. Cheng, C., & Li, A. Y. (2014). "Internet addiction prevalence and quality of (real) life: A meta-analysis of 31 nations across seven world regions", *Cyberpsychological Behavior and Social Networking*, № 17(12), pp. 755–760 (in English).
 3. *RosKachestvo: Internet v Rossii: Chto govorit statistika? [Roskachestvo: Internet in Russia: What does the statistics say?]* Available at: <https://rskrf.ru/tips/eksperty-obyasnyayut/internet-stats/> (in Russian).
 4. Ali, R., Jiang, N., Phalp, K. et al. (2015). "The emerging requirement for digital addiction labels", in Fricker, S., Schneider, K. (eds.). *Requirements Engineering: Foundation for Software Quality. REFSQ 2015. Lecture Notes in Computer Science*, Springer, Cham, № 9013, pp. 198–213 (in English).
 5. Griffiths, M. (2005). "A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework", *Journal of Substance Use*, № 10(4), pp. 191–197 (in English).
 6. Krupinina, K. A., Sokolova, A. V., & Simakina, N. I. (2024). "Molodezh' i internet: kak ispol'zovat' internet v pol'zu lichnogo i professional'nogo razvitiya" [Young people and the Internet: how to use the Internet for personal and professional development], *Formirovanie i razvitie novoj paradigmy nauki v usloviyah postindustrial'nogo obshchestva: sb. st. Mezhdunar. nauch.-prakt. konf.: v 2 ch, OOO "Omega sajns", Ufa*, pp. 120–124 (in Russian).
 7. Mantulenko, V. V. (2023). "Informacionnye peregruzki rossijskoj uchashchejsya molodezhi: mif i real'nost'" [Information overload of Russian students: myth and reality], *Rossiya: obshchestvo, politika, istoriya*, № 2(7), pp. 38–53 (in Russian).
 8. Prensky, M. (2001). "Digital natives, digital immigrants. Part 1", *On the Horizon*, № 9(5), pp. 1–6 (in English).
 9. Mantulenko, V. V. (2023). Op. cit.
 10. Perevozkina, Yu. M., & Tishkova, A. S. (2024). "Individual'nye osobennosti studencheskoj molodezhi v zavisimosti ot ih cifrovoj aktivnosti v social'nyh setyah" [Individual characteristics of students depending on their digital activity in social networks], *Chelovecheskij kapital*, № 3(183), pp. 272–279 (in Russian).
 11. Šorgo, A., Bartol, T., Dolničar, D., & Podgornik, B. B. (2016). "Attributes of digital natives as predictors of information literacy in higher education", *British Journal of Educational Technology*, № 48(3), pp. 749–767 (in English).
 12. Novikov, M. I., Novikov, N. I., & Popova, T. A. (2023). "Cifrovaya zavisimost': prichina upushchennogo vremeni v zhizni molodezhi" [Digital addiction: the reason for lost time in the lives of young people], *Social'nye problemy molodezhi: ot obrazovaniya do zanyatosti: materialy Vseros. stud. nauch.-prakt. konf, Tihookeanskij gosudarstvennyj universitet, Habarovsk*, pp. 120–124 (in Russian).
 13. Dragunova, E. V., & Dragunova, L. S. (2023). "Cifrovaya transformaciya obrazovaniya i problemy tekhnologicheskoy zavisimosti" [Digital transformation of education and the problems of technological dependence], *Aktual'nye problemy pravovyh, ekonomicheskikh i gumanitarnykh nauk: materialy XIII Mezhdunar. nauch.-prakt. konf. professorsko-prepodavatel'skogo sostava, aspirantov, magistrantov i studentov, Minsk, 20 aprelya 2023 goda. Ch. 2, Uchrezhdenie obrazovaniya "BIP – Universitet prava i social'no-informacionnykh tekhnologij"*, Minsk, pp. 184–186 (in Russian).
 14. Mubarak, A., & Quinn, S. (2019). "General strain theory of Internet addiction and deviant behaviour in social networking sites (SNS)", *Journal of Information, Communication and Ethics in Society*, № 17(1), pp. 61–71 (in English).
 15. Zhukova, M. V., Shishkina, K. I., Lyamagina, A. N. et al. (2023). "Vzaimosvyaz' mezhdu lichnostnymi harakteristikami i stepen'yu cifrovoj zavisimosti u studentov pedagogicheskogo vuza" [The relationship between personal characteristics and the degree of digital dependence among students of a pedagogical university], *Science for Education Today*, № 13(3), pp. 28–43 (in Russian).
 16. Othman, Z., Le, Ch. W., & Kueh, Y. Ch. (2017). "Association with impulsive sensation seeking and neuroticism-anxiety traits", *International Medical Journal*, № 24 (5), pp. 375–378 (in English).
 17. Kawabe, K., Horiuchi, F., Ochi, M. et al. (2016). "Internet addiction: Prevalence and relation with mental states in adolescents", *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, № 70(9), pp. 405–412 (in English).
 18. Mun, I. B., & Lee, S. (2024). "A moderated mediation model of the relationship between academic stress and digital game addiction", *Current Psychology*, № 43, pp. 9078–9088 (in English).
 19. Blasi, M. D., Giardina, A., Giordano, C. et al. (2019). "Problematic video game use as an emotional coping strategy: Evidence from a sample of MMORPG gamers", *Journal of Behavioral Addictions*, № 8(1), pp. 25–34 (in English).

20. Singh, A. K., & Singh, P. K. (2019). "Digital addiction: A conceptual overview", *Library Philosophy and Practice (e-journal)*, 3538 (in English).
21. Sichinava, A. V. (2023). "Problema kibersocializacii i media-asketizm v sovremennoj obrazovatel'noj praktike" [The problem of cybersocialization and media asceticism in modern educational practice], *Pedagogicheskoe obrazovanie*, t. 4, № 3, pp. 83–86 (in Russian).
22. Batunova, I. V., Nikolaeva, A. Y., & Lobineva, Y. I. (2024). "Higher School digitalization development", *International Research Journal*, № 2(140). DOI: 10.23670/IRJ.2024.140.4 (in English).
23. Ivanova, S. V., Menzul, E. V., & Vasilevskaya, E. A. (2022). "Transformacionnye processy lichnosti studenta v kontekste cifrovizacii professional'nogo obrazovaniya" [Transformational processes of the student's personality in the context of digitalization of professional education], *Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya*, № 4, p. 36. DOI: 10.17513/spno.31906 (in Russian).
24. Ajbazova, M. Yu., & Karasova, A. A. (2021). "Profilaktika cifrovoj zavisimosti obuchayushchihsya kak uslovie uspešnoj cifrovoj transformacii obrazovatel'nyh uchrezhdenij SPO" [Prevention of digital addiction of students as a condition for successful digital transformation of secondary vocational education institutions], *Pedagogicheskij zhurnal*, t. 11, № 6A, pp. 348–356. DOI: 10.34670/AR.2021.63.68.050 (in Russian).
25. Smirnov, V. V. (2019). "Fenomen cifrovoj zavisimosti v usloviyah informacionnogo obshchestva (social'no-psihologicheskij aspekt)" [The phenomenon of digital addiction in the context of the information society (social and psychological aspect)], *Vysshee obrazovanie segodnya*, № 4, pp. 72–76 (in Russian).
26. Morozov, S. V. (2019). "Problema Internet-zavisimosti sredi podrostkov" [The Problem of Internet Addiction Among Teenagers], *Intellektual'nye resursy – regional'nomu razvitiyu*, № 2, pp. 420–425 (in Russian).
27. Tao, R., Huang, X., Wang, J. et al. (2010). "Proposed diagnostic criteria for internet addiction", *Addiction*, № 105(3), pp. 556–564 (in English).
28. Pekonidi, A. V. (2021). "Cifrovaya zavisimost' u detej i podrostkov. Sovremennye strategii diagnostiki i lecheniya" [Digital addiction in children and adolescents. Modern diagnostic and treatment strategies], *RMZH. Medicinskoe obozrenie*, № 5(5), pp. 322–329 (in Russian).
29. Kuss, D. J., & Lopez-Fernandez, O. (2016). "Internet addiction and problematic Internet use: A systematic review of clinical research", *World J Psychiatry*, № 6(1), pp. 143–176 (in English).
30. Duong, X. L., Liaw, S. Y., & Augustin, J. P. M. (2020). "How has Internet addiction been tracked over the last decade? A literature review and 3C paradigm for future research", *International Journal of Preventive Medicine*, № 11, 175 (in English).
31. Osmolovskaya, I. M. (2015). "Prostranstvo didakticheskikh problem" [The space of didactic problems], *Cennosti i smysly*, № 2(36), pp. 85–92 (in Russian).