

Педагог, владея вышеперечисленными компетенциями, создает микроклимат не только для своего самосовершенствования и профессионального развития, но и решения задач в области образования.

Исследователь В. И. Колыхматов утверждает, что педагог в настоящее время должен обладать сформированными способностями использования интерактивных средств для обработки данных [2], что будет способствовать и достижению качества образования.

Библиографический список

1. Федеральный проект «Цифровая образовательная среда»
2. Колыхматов, В. И. Образование будущего: технологии цифровизации / В. И. Колыхматов // Современное образование: содержание, технологии, качество. СПб.: Изд-во СПбГЭТУ «ЛЭТИ», 2019. С. 12-15. – Текст: непосредственный.
3. Иванушкина, Н. В. Педагогические условия формирования психолого-педагогической компетентности студентов высшей школы // Известия Волгоградского государственного педагогического университета. – 2020. – № 4 (147). – С. 16-22.
4. Руднева, Т.И. Средства формирования коммуникативной компетентности студентов / Т.И. Руднева // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. 2012. Т. 14. № 2-3. С. 634-638. – Текст: непосредственный
5. Санько, А.М. Цифровые технологии в организации образовательного процесса: учебное пособие / А.М. Санько, Н.Б. Срекалова. – Самара: Издательство Самарского университета, 2021. – 96 с. – ISBN :978-5-7883-1661-1. – Текст непосредственный.
6. Егорова, У.Г. Личностно развивающие взаимодействия с детьми как основа позитивного родительства / У.Г. Егорова // Вестник Самарского государственного университета. – 2013 -. № 8-1 (109). -С. 268-273 – Текст непосредственный.
7. Беришвили, О.Н. Проектирование электронного учебного курса по математике на базе платформы дистанционного обучения LMS MOODLE / О.Н. Беришвили, И.А. Куликова, С.В. Плотникова // Перспективы науки. 2021. № 3 (138). С. 103-105. – Текст непосредственный

УДК 316.6

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ РИСКИ ПРОЯВЛЕНИЯ ЦИФРОВЫХ АДДИКЦИЙ

Родионов Евгений Сергеевич

Самарский национальный исследовательский университет имени академика С.П. Королева

Аннотация: В статье поднимается актуальная проблема цифровых аддикций у молодого поколения. Целью исследования является выявление последствий цифровых аддикций. Освещается степень проработанности проблемы исследования отечественными и зарубежными авторами. Раскрывается суть понятий «цифровая аддикция» и «цифровое аддиктивное поведение». Объясняется механизм возникновения цифровых аддикций с точки зрения нейропсихологии. На основании критериев оценки расстройств игрового поведения выделяются признаки цифровой аддикции. Выделены социально-психологические риски цифровых аддикций, которые необходимо минимизировать в целях избежания развития отклонений цифрового поведения.

Ключевые слова: цифровые аддикции, цифровое аддиктивное поведение, цифровое отклоняющееся поведение, цифровая зависимость, риски.

На современном этапе развития общества использование гаджетов, социальных сетей и сети Интернет вышло на тот уровень, когда необходимость этих действий можно приравнять к базовым потребностям, которые, по теории А.Маслоу, отвечают за удовлетворение физиологических потребностей и обеспечение личной безопасности. И если потребность в питании или защищенности – это естественные и вполне оправданные нужды, то необходимость, например, каждые пять минут проверять уведомления на смартфоне – потребность не оправданная и, как показывают исследования, выступающая одним из признаков цифрового аддиктивного поведения.

Цифровое аддиктивное поведение можно трактовать как разновидность цифрового отклоняющегося поведения, выражающееся в навязчивом желании или стремлении индивида к уходу от реальности через искусственное изменение своего психического состояния путем использования гаджетов, интернет-технологий, виртуальных игр, социальных сетей, влекущих за собой неосознанное привыкание к цифровым устройствам и необходимость постоянного нахождения в онлайн-пространстве [1].

«Цифровые аддикции» – это обобщенный термин, который сопоставляется с такими понятиями, как «цифровая зависимость», «интернет-зависимость», «виртуальная зависимость», «гаджет-зависимость», «онлайн-зависимость», «цифровая зависимость» и др. Обобщая перечисленные понятия, можно сделать вывод, что цифровая аддикция – это зависимость от гаджетов, использования интернет-технологий, виртуальных игр, социальных сетей, которая возникает из-за повторения одних и тех же операций, что приводит к негативным последствиям для психического состояния личности, нарушению взаимодействия с другими людьми и внешним миром, а также учебной и профессиональной деятельности [2].

Существует целый ряд современных исследований, доказывающих существование и освещающих последствия проявления цифровых аддикций. Проблемами цифрового аддиктивного поведения занимаются зарубежные и отечественные психологи, психиатры, социологи, педагоги и другие специалисты, для которых данная проблема является актуальной и достаточно острой в их профессиональной деятельности.

Отечественные исследователи (Е.А. Авдеева, А.Е. Войскунский, А.О. Гершман, Е.Г. Дозорцева, Г.В. Завада, Д.В. Кирюхина, Г.У. Матушанский, В.Л. Малыгин, Д.С. Ошевский, К.В. Сыроквашина, М.В. Соколова, Г.У. Солдатова, А.Г. Фролов) провели исследования по проблеме цифровых аддикций, кибербуллинга, проявления агрессивного поведения в сети Интернет [1-8].

Зарубежные исследователи (А. Голбдерг, С. Гринфилд, В. Данкли, Н. Кардарас, Д. Парсонс, П. Уайброу, А. Холл, М. Шпитцер, К. Янг) являются основоположниками теорий цифровых зависимостей у детей и подростков. Многие из них занимаются вопросами влияния цифровой зависимости на обучение, усвоение информации, память и мышление [9-15].

Стоит отметить, что в первую очередь зависимость вызывает не сам гаджет как техническое устройство, а его «содержимое»: социальные сети, мессенджеры, игры, мобильные приложения, сайты постоянного пользования. Для удобства в данном исследовании все перечисленное будет обозначено понятием «соцсети».

С точки зрения нейропсихологии, цифровая аддикция возникает потому, что механизмы социального поощрения активируют особые участки головного мозга – центр вознаграждения. Это те же самые участки, которые передают сигналы удовольствия, когда человек делает что-то приятное. То есть несмотря на виртуальные действия, реакция организма человека на них реальна. В случае цифровой аддикции запускаются те же процессы, которые свойственны людям, зависимым от наркотиков или азартных игр – гормон удовольствия дофамин начинает выделяться реже, а значит, у человека возникает потребность, например, больше проводить времени онлайн [4].

На сегодняшний день выявлен ряд признаков, который может свидетельствовать о наличии цифровой аддикции. Специалисты Еврокомиссии, например, называют эти признаки симптомами, так как за рубежом данная проблема распространена широко (по исследованиям Амстердамского университета 5% молодых людей в Амстердаме страдают зависимостью от соцсетей), а компьютерная игромания, которую можно считать крайне близкой к цифровой аддикции, официально признана болезнью и внесена в одиннадцатое обновление Международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем. Так, основываясь на критериях оценки расстройств игрового поведения, выделяют следующие признаки наличия цифровой аддикции [12]:

- Мысли постоянно заняты обдумыванием возможных или уже совершенных действий не только в момент использования соцсетей, но и в остальное время.
- Для получения удовлетворения необходимо проводить больше времени в соцсетях.
- При невозможности использования соцсетей появляется беспокойство, раздражение, злость или грусть.
- Попытки ограничения или контроля использования соцсетей не удалась.
- Соцсети используются для поднятия настроения.
- Чрезмерное использование соцсетей продолжается даже после получения информации о негативных последствиях.
- При упоминании о времени использования соцсетей информация опускается или уменьшается.
- Реальное общение с людьми и альтернативный отдых значительно сокращается.
- Наблюдаются потери значимых межличностных отношений и упущение возможностей.

Согласно исследованиям Амстердамского университета, следующим этапом развития цифровой аддикции является навязчивое поведение по отношению к соцсетям. А это уже следующая, наиболее опасная ступень цифрового отклоняющего поведения – цифровое девиантное поведение, которое несет в себе наиболее серьезные риски, последствия которых будет отражаться не только на зависимом человеке, но и на других участниках общественных отношений.

В ходе исследования выделяем основные социально-психологические риски цифровых аддикций, которые провоцируют развитие отклоняющегося поведения: риск нарушения физического здоровья (нарушение сна, набор массы тела и т.д.); риск возникновения различных психических заболеваний (депрессия, тревожные расстройства); риск несовершенства, противоречивости и отсутствия доказательных способов диагностики, профилактики и борьбы с цифровыми аддикциями; риск «запуска» цифровой аддикции и переход на следующий, более серьезный по степени последствий уровень цифрового отклоняющего поведения – цифрового девиантного поведения; риск снижения когнитивных способностей; риск утери реальных

межличностных связей; риск подмены ценностей реальной жизни виртуальными достижениями и действиями.

Приходим к выводу о необходимости минимизации проявления цифрового аддиктивного поведения, о ликвидации основы – цифровых аддикций. Несмотря на то, что аддиктивное поведение является негативным, как правило, в рамках жизнедеятельности конкретного человека и его ближайшего окружения, его дальнейшее развитие порождает все больше рисков, распространяя свое взаимодействие на все большие социальные группы. Именно поэтому все современные исследования в данной области стоит направить на устранение цифровых аддикций.

Библиографический список

1. Авдеева, Е.А. Влияние цифровой электронной среды на когнитивные функции школьников и студентов/ Е.А. Авдеева, О.А. Корнилова. Текст: электронный. – 2022. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-tsifrovoy-elektronnoy-sredy-na-kognitivnye-funktsii-shkolnikov-i-studentov> (дата обращения: 01.12.2022).
2. Гершман, А.О. Предпосылки развития цифровой зависимости у младших школьников / А.О. Гершман // Сборник научных статей и материалов международной конференции: Цифровое общество как культурно-исторический контекст развития человека. – 2016. – С. 83–85. – Текст: непосредственный.
3. Дзорцева, Е.Г. Кибербуллинг и склонность к девиантному поведению у подростков / Е.Г. Дзорцева, Д.В. Кирюхина. – Текст: электронный. – 2020. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kiberbulling-i-sklonnost-k-deviantnomu-povedeniyu-u-podrostkov> (дата обращения: 01.10.2022).
4. Дзорцева, Е.Г. Психологические, социальные и информационные аспекты нападения несовершеннолетних на учебные заведения / Е.Г. Дзорцева Д.С. Ошевский, К.В. Сыроквашина. Текст: непосредственный // Психология и право. – 2020. – Том 10. № 2. – С. 97-110.
5. Малыгин, В.Л. Агрессивность и враждебность у подростков с интернет-зависимым поведением / В.Л. Малыгин, Ю.А. Меркурьева, О.Т. Утеулина. Текст: электронный // Медицинская психология в России. – 2014. – URL: http://mprj.ru/archiv_global/2014_4_27/pomer/pomer02.php (дата обращения: 01.11.2022).
6. Соколова, М.В. Педагогика исторической памяти: границы понятия/ М.В. Соколова. – Текст: электронный. – 2013. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pedagogika-istoricheskoy-pamyati-granitsy-ponyatiya> (дата обращения: 01.12.2022).
7. Солдатова, Г.У. Социально-когнитивная концепция цифровой социализации: новая экосистема и социальная эволюция психики/ Г.У. Солдатова, А.Е. Войкунский. – Текст: электронный. – 2021. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-kognitivnaya-kontseptsiya-tsifrovoy-sotsializatsii-novaya-ekosistema-i-sotsialnaya-evolyutsiya-psihiki> (дата обращения: 01.12.2022).
8. Фролов, А.Г. Определение профессиональных и базовых компетенций преподавателя высшей школы/ А.Г. Фролов, Г.У. Матушанский, Г.В. Завада – Текст: электронный. – 2006. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/opredelenie-professionalnyh-i-bazovyh-kompetentsiy-prepodavatelya-vysshey-shkoly> (дата обращения: 01.10.2022).

9. Goldberg, I. Internet addictive Disorder (IAD) diagnostic criteria. – URL: <http://web.urz.uniheidelberg.de/Netzdienste/anleitung/wwwtips/8/addict.html> (дата обращения: 01.12.2022).

10. Гринфилд, С. Изменение разума. Как цифровые технологии оставляют след в нашем мозге / С. Гринфилд // М.: АТК. – 2018. – 201 с. ISBN: 367-6-561-00712-4. – Текст: непосредственный.

11. Данкли, В. Перезагрузить мозг своего ребенка/ В. Данкли // М.: Просвещение. – 2016. – 320 с. ISBN: 978-5-496-00914-0. – Текст: непосредственный.

12. Кардарас, Н. Дети и смартфоны. Все хуже, чем нам кажется / Н. Карндас. Текст: электронный. – 2018. – URL: <https://econet.ru/articles/181053-doktor-nikolas-kardaras-deti-i-smartfony-vse-huzhe-chem-nam-kazhetsya> (дата обращения: 01.11.2022).

13. Уайброу, П. Мозг: Тонкая настройка. Наша жизнь с точки зрения нейронауки / П. Уайброу // М: Альпина Диджитал. 2015. – 510 с. – ISBN:978-5-9614-4192-5. – Текст: непосредственный.

14. Холл, А. Интернет аддикция: студенческое тематическое исследование с помощью лучших методов познавательной терапии/ Холл А., Парсонс Д. // Журнал консультации психического здоровья. – 2001. – №4 – С. 312-327. – Текст: непосредственный. Шпитцер, М. Анти-мозг: цифровые технологии и мозг. – Текст: электронный. – 2014. – URL: https://stavroskrest.ru/sites/default/files/files/books/shpitcer_manfred_antimozg_cifrovyte_tehnologii_i_mozg.pdf (дата обращения: 03.11.2022).

15. Янг, К.С. Диагноз – Интернет-зависимость/ К.С. Янг // Мир Интернет. – 2000. – № 2. – С. 24-29. – Текст: непосредственный.

УДК 378

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГОВ-ПСИХОЛОГОВ

Рылов Андрей Николаевич

Самарский национальный исследовательский университет имени академика С.П. Королева

Аннотация: В статье рассматривается подготовка будущих педагогов-психологов в системе профессионального образования. Доказывается значимость компетентности, формируемой в условиях индивидуализации и персонализации обучения.

Ключевые слова: тьюторская компетентность, педагог-психолог, профессиональная подготовка.

На современном этапе в Российской Федерации происходят глубокие социально-экономические преобразования. С одной стороны, образование переходит на постиндустриальную парадигму, актуальным трендом становится открытость, индивидуализация и персонализация обучения [1]. Если в течение долгого времени обучающемуся транслировали знания в ходе изучения предметов и дисциплин в школе, колледже и вузе, развивали необходимые умения и навыки, то теперь он самостоятельно определяет свой индивидуальный образовательный маршрут, становится субъектом отношений с потребностью формирования ключевых компе-