В. О. Богданова

ПРОБЛЕМА СУБЪЕКТНОСТИ ЦИФРОВОГО ПОКОЛЕНИЯ

Монография

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

В. О. Богданова

Проблема субъектности цифрового поколения

Монография

Челябинск
2026

УДК **1 Ф: 301: 151.8**
ББК **87.63: 60.55: 88.5**
Б 73

Богданова, В. О. Проблема субъектности цифрового поколения: монография / В. О. Богданова; Министерство просвещения РФ, Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет. – Челябинск: Центр издательской деятельности и научного сервиса, 2026. – 338 с. – Текст: непосредственный.

ISBN 978-5-907821-84-2

Монография посвящена исследованию феномена субъектности представителей цифрового поколения, выросших в условиях интенсивного развития информационных технологий. Автор детально рассматривает особенности формирования и проявления субъектности молодежи XXI века, изучает влияние цифровой среды на самоопределение и социальное взаимодействие молодежи. Особое внимание уделяется образовательным и помогающим практикам развития субъектности, которые могут использоваться в работе психологов и педагогов.

Монография предназначена для широкого круга специалистов: педагогов, психологов, социологов, культурологов, философов, интересующихся исследованием цифрового поколения и разработкой эффективных стратегий воспитания и социализации современной молодежи.

Рецензенты: Р. В. Пеннер, д-р философ. наук, доцент
А. А. Дыдров, д-р философ. наук, доцент

ISBN 978-5-907821-84-2

© В. О. Богданова, 2026
© Оформление. Центр издательской деятельности и научного сервиса, 2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение……..…… 5

Глава 1. Теоретические основы изучения субъектности

1.1. Понятие субъектности в современной науке……..…….…….. 9

1.2. Структура субъектности……..…..….. 48

1.3. Классификация типов субъектности…... 57

Выводы по первой главе……..……..….. 83

Глава 2. Психологические особенности цифрового поколения

2.1. Особенности когнитивной сферы цифрового поколения…….. 90

2.2. Коммуникативная сфера цифрового поколения: специфика виртуальной коммуникации и феномен Киберагрессии…….…….. 127

2.3. Проблемы эмоционально-волевой сферы и поведенческие особенности цифрового поколения……. 172

Выводы по второй главе……..…… 212

Глава 3. Формирование субъектности цифрового поколения

3.1. Изучение ценностно-смысловой основы субъектности цифрового поколения….. 224

3.2. Анализ структуры субъектности цифрового поколения…….. 248

3.3. Образовательные и помогающие практики развития субъектности…..….. 253

Выводы по третьей главе…….……..…….. 278

Заключение……. 285

Библиографический список……. 296

ВВЕДЕНИЕ

Важным условием развития современного общества является интенсивная цифровизация, которая расширяет границы человеческих возможностей в разных сферах жизнедеятельности, приводит к преобразованию стиля мышления, образа жизни и мировоззрения субъекта. Однако погружение в цифровое пространство может создавать некоторые риски для развития субъектности. Вариативность и многоаспектность цифровой среды способствуют формированию различных практик самоидентификации, которые могут как обогатить личность новым содержанием, так и дезориентировать ее, привести к разрушению связи с собой, к потере аутентичности. Ответом на нарастающее влияние цифровизации является формирование субъектной позиции, которая с одной стороны способствует развитию умения быть гибким и восприимчивым к постоянным изменениям информационного пространства, с другой – формирует умение сохранять целостность внутреннего мира. В связи с этим проблема формирования и развития субъектности приобретает особую значимость в современных социокультурных условиях, которые требуют от человека активной жизненной позиции, способности к самоопределению в противоречивом в ценностном отношении мире [33, с. 40].

В современных научных исследованиях изучение субъектности является одной из центральных проблем,

поскольку она служит условием формирования самостоятельной и инициативной личности, способной быстро находить нестандартные пути решения жизненных проблем, творчески преобразовывать себя и социокультурное пространство. Однако, несмотря на повышенный интерес к проблеме субъектности, до сих пор нет единого мнения относительно сущности данного феномена. В научном дискурсе можно встретить различные представления о субъектности и ее структуре, что обуславливает потребность в анализе основных подходов определения данного феномена и в разработке классификации типов субъектности. Данный анализ будет представлен в первой главе монографии.

Понимание субъектности представителей цифрового поколения невозможно без осознания их образа жизни и психологических особенностей. Современная реальность существенно отличается от той, в которой взрослели предыдущие поколения: доступ к технологиям, активное использование интернета и социальных сетей, постоянная включенность в виртуальное пространство создают особый стиль жизни и уникальный набор поведенческих реакций. Дигиталы живут в многомерном информационном поле, где информация поступает мгновенно, события развиваются стремительно, и границы реального и виртуального стираются. Такое существование формирует особый стиль мышления и модели поведения, которые влияют на развитие и проявление субъектности. Данные особенности цифрового поколения и их образ жизни будут раскрыты во второй главе исследования.

В научных исследованиях большое внимание уделяется методам развития субъектности для подготовки будущего специалиста, способного раскрывать свой личностный потенциал в определенной профессии. Субъектность рассматривается лишь в контексте учебной и профессиональной деятельности, хотя она представляет собой интегративное свойство личности, отражающее её способность к самоорганизации в любой сфере жизнедеятельности. В связи с этим следует рассмотреть основные маркеры субъектности в разных сферах жизнедеятельности, описать образовательные и помогающие практики, способствующие развитию субъектности. Данные практики будут представлены в третьей главе исследования. Они построены на основе гуманистической традиции и направлены на раскрытие потенциала личности в различных сферах жизни и являются эффективными методами повышения субъектности.

Объектом нашего исследования являются особенности цифрового поколения, предметом – субъектность цифрового поколения.

Цель исследования – изучить субъектность представителей цифрового поколения. Поставленная цель реализуется путем решения следующих задач исследования:

1) рассмотреть основные подходы определения субъектности;

2) выявить структуру субъектности;

3) составить классификацию типов субъектности;

4) раскрыть психологические особенности цифрового поколения;

5) определить уровни развития компонентов структуры субъектности представителей цифрового поколения;

6) рассмотреть образовательные и помогающие практики, способствующие развитию субъектности.

Теоретико-методологическую основу работы составляют идеи эволюционного подхода (В. Деспре, Х. Глок, Дж. Каучман, Б. Картер, Н. Чарльз и др.), концепция преадаптивности (А. Г. Асмолов, Е. Д. Шехтер, А. М. Черноризов, Г. Л. Тульчинский), положения феноменологической и экзистенциальной философии (Э. Гуссерль, М. Мерло-Понти, Г. Марсель, Ж.-П. Сартр, М. Хайдеггер, Н. А. Бердяев, В. Э. Франкл и др.), идеи системно-деятельностного подхода (А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн, А. В. Брушлинский, К. А. Абульханова-Славская, В. И. Слободчиков, А. К. Осницкий и др.). Эти подходы позволят всесторонне рассмотреть проблему субъектности и оценить влияние современных технологий на ее развитие.

В рамках нашей монографии будут изучена субъектность представителей цифрового поколения с помощью применения теоретического анализ философской и психологической литературы по проблеме исследования. Посредством использования опросника изучение структуры субъектности Е. Н. Волковой, И. А. Серегиной будут выявлены уровни развития компонентов субъектности у представителей цифрового поколения. По результатам исследования будут сформулированы рекомендации по использованию образовательных и помогающих практик, направленных на развитие субъектности.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ СУБЪЕКТНОСТИ

1.1. Понятие субъектности в современной науке

В гуманитарном дискурсе изучение субъектности остается недостаточно проработанной проблемой. Само понятие «субъектность» концептуально не оформлено, во многом остается абстрактным концептом. В связи с этим одной из задач нашего исследования является рассмотрение основных подходов определения субъектности для выявления маркеров ее развития и составления классификации ее типов.

В результате проведения теоретико-методологического анализа философской, социологической и психолого-педагогической литературы было выделено несколько подходов, которые рассматривают разные аспекты субъектности: эволюционный, гносеологический, феноменологический, экзистенциальный, системно-деятельностный, ценностно-смысловой (аксиологический).

Эволюционный подход к субъектности

Эволюционный подход рассматривает становление и развитие субъектности в рамках биологической эволюции, подчеркивая постепенное формирование способности субъекта сознательно воздействовать на окружающую среду и собственное поведение. Этот подход основан

на идее непрерывного развития сознания и психики, начиная от простейших форм поведения животных и заканчивая сложными формами саморефлексии и самоконтроля, характерными для человека.

Западные исследователи считают, что субъектность человека – это результат эволюции и истоки субъектности следует искать в животном мире. Так бельгийский философ В. Деспре отмечает, что субъектность характерна не только для людей, но и для животных, поскольку они имеют свой уникальный опыт переживаний [226]. Х. Глок в качестве важных аспектов субъектности рассматривает целеполагание и направленность на достижение полезного результата, которые присутствуют и у животных. Однако у автора вызывает сомнение, что у животных есть самосознание, что они способны к пониманию своих переживаний, осознанию мотивов своего поведения [229]. В исследовании Дж. Каучмана выделяется два аспекта субъектности: самосознание и саморегуляция. Если наличие первого аспекта у животных можно поставить под сомнение, то второй аспект воспринимается исследователем как очевидный. Он считает, что животные способны к целенаправленным действиям и прогнозированию их конечного результата. Однако животные в отличие от человека не ставят перед собой социальные цели [222]. Таким образом, субъектность коренится в природном мире, является формой его развития, обеспечивающей адаптацию и саморегуляцию достаточно сложных живых систем. Она может проявляться на разных уровнях, и есть как у человека, так и у высших животных.

В работе «Мозг и возникновение сознания» А. Дамасио выделяет несколько уровней эволюционного развития сознания: протосознание, основное и расширенное сознание. Рассматривая сознание как многослойную конструкцию, он показывает, как субъектность постепенно оформляется и углубляется по мере прохождения этих уровней. Прослеживается прямая связь между эволюционными изменениями сознания и ростом субъектности.

Протосознание представляет собой набор нейронных паттернов, которые отражают состояние организма на физическом уровне. Это своего рода «базовая карта» организма, созданная на основе физиологических сигналов, приходящих от тела к мозгу. Эта карта отображает общее самочувствие организма, его текущее состояние здоровья и готовность к действию. Она постоянно обновляется, так как организм находится в непрерывном взаимодействии с окружающей средой. Всякий раз, когда меняется состояние организма (например, возрастает усталость или повышается возбуждение), карта мгновенно перестраивается, давая организму адекватную информацию для дальнейших действий. Работа протосознания происходит бессознательно. Организм реагирует на изменения окружающей среды и внутренние потребности, такие как голод, жажда, боль, температура и другие параметры. Сигналы от периферических рецепторов поступают в головной мозг, где обрабатываются и влияют на дальнейшее поведение организма. На первой стадии сознания субъектность отсутствует, поскольку протосознание не способно отделить себя от внешнего мира [63, с. 179].

Второй уровень развития – основное сознание. На этом уровне живое существо способно воспринимать себя как отдельную единицу, отличную от окружающего мира, и испытывает простые эмоции и ощущения, связанные с изменениями внутреннего состояния. На этом этапе устанавливается взаимосвязь между организмом и наблюдаемыми объектами, формируются последовательные образы, отражающие предметы реальности. Основное сознание характерно для высших позвоночных (птиц, млекопитающих) [63, с. 181].

На втором уровне сознания субъектность начинает формироваться. Живой организм уже воспринимает себя как отдельное существо, локализованное в конкретном месте. Пока это ещё довольно простое осознание, привязанное исключительно к настоящему моменту. На этом уровне субъектность проявляется как начальное осознание собственной обособленности и причастности к происходящим вокруг событиям, но без глубокой рефлексии, оценки прошлого и проектирования будущего.

Расширенное сознание **–** высшая стадия, на которой сознание выходит за пределы прямого переживания текущего момента. Оно позволяет интегрировать прошлый опыт, анализировать события прошлого и проектировать будущее. Здесь формируется уникальное чувство «Я», способное размышлять о себе, вспоминать прошлые события и планировать предстоящие действия [63, с. 183]. В своей теории А. Дамасио часто называет расширенное сознание автобиографическим «Я». Оно опирается на память о прошлых событиях, что позволяет человеку рефлексировать и рассказывать о своем индивидуальном

опыте, планировать свое будущее [63, с. 185]. Создание автобиографического нарратива становится основным социально-когнитивным механизмом психической деятельности индивида по конструированию своего самосознания и своей субъектности. Этот механизм имеет природные корни, он позволяет человеку адаптироваться к среде на основе анализа прошлого опыта, и в тоже время способствует преобразованию условий собственного существования посредством осознания своих притязаний, составления и реализации планов на будущее.

В работах А.Г. Асмолова, Е.Д. Шехтера, А.М. Черноризова, Г.Л. Тульчинского субъектность выступает как главный фактор преадаптации человека. Неопределенность является онтологической характеристикой реальности, при встрече с ней живая система осуществляет переход от «схематизмов» мышления и поведения, основанных на прошлом опыте, к инновационному режиму конструирования иных способов взаимодействия с реальностью, которые возможно будут иметь приспособительную ценность в будущем. Этот процесс отражает суть преадаптации, которая существенно отличается от адаптации. Если адаптация отвечает требованиям среды, то преадаптация не направлена на приспособление к настоящему и ее результаты проявляются только в будущем. Если адаптация представляет собой приспособление, основанное на уже приобретенном опыте, то преадаптация нацелена на новизну и непредсказуемость будущего. Если адаптация связана с постепенной трансформацией системы при сохранении прежнего уровня организации, преадаптация приводит к скачко-

образной качественной реорганизации системы [7, с. 14]. Таким образом, преадаптация представляет собой предварительное приспособление, которое бесполезно в условиях настоящего, но именно это стимулирует активность живой системы к поискам своих новых выигрышных проявлений и стратегий [7, с. 10]. Преадаптация к неопределенности выступает условием для развития субъектности, поскольку она обеспечивает самоорганизацию и саморазвитие системы при непредвиденных изменениях условий существования [7, с. 17]. Г.Л. Тульчинский раскрывает процесс прокреативной преадаптивности через анализ социально-культурных практик. Прокреативная преадаптивность рассматривается как способность индивидов и социумов к освоению, дополнению и изменению различных моделей культурного опыта, что обеспечивает их успешное развитие в меняющихся социокультурных условиях. Субъектность рассматривается как основной источник прокреативной преадаптации, поскольку она позволяет наращивать разнообразие индивидуального и социального опытов и расширять их границы, что обеспечивает развитие человеческой цивилизации [185, с. 70].

Гносеологический подход к субъектности

В рамках гносеологического подхода субъектность раскрывается как способность человека быть активным и автономным участником познавательной и практической деятельности, она необходима для инициализации познавательной или созидательной активности. Субъект выступает источником познания и преобразования мира и самого себя. С понятием «субъектность» связанно понятие

«субъектная позиция», которое означает ориентированность на собственную индивидуальность и осознание своей активной роли в процессе познания и преобразования действительности.

Данный подход к субъекту был характерен для философии Нового времени, в которой субъект рассматривается как агент познания, обладающий сознанием и волей. Новоевропейский субъект представляет собой действующее начало, способное воздействовать и подчинять своим целям и ценностям начало пассивное – объект изучения [106, с. 10]. В философии Р. Декарта субъектность проявляется в способности находится в «центре» собственных мыслей и ими управлять. Существование осознающего субъекта определяется посредством мышления, однако мыслящий субъект нельзя уподоблять содержанию мышления, иначе это приведет к нарушению тождества личности. Р. Декарт по этому поводу пишет, что мысль имеет возможность уйти в сторону, поскольку она не терпит ограничения пределами истины. В процессе мышления следует ослаблять как можно больше поводья для своих мыслей, чтобы позже их натянуть и привести свою мысль к повиновению. Возвращаясь в мышлении к самому себе, человек уже мыслит первичное и высшее бытие [66]. Исходя из рассуждений философа, видно, что мыслящий субъект (или «Я») представляет собой некий управляющий центр мышления, у Р. Декарта субъект и мышление не тождественны [108, с. 112].

Со временем в философии происходит эволюция представлений о субъектности. Осуществляется переход от картезианского понимания субъектности как способно-

сти мыслить к субъектности как творческой познавательной активности. Данный переход прослеживается в философии И. Канта. По мнению философа, сознание субъекта не столько отражает мир, сколько конструирует его в процессе познавательной деятельности посредством априорных форм чувствительности и категорий рассудка. Субъект впервые становится всеобщим законодателем, а мир выступает проекцией его творчества [91, с. 79]. Между вещами «в себе» и явлениями не может быть тождества, но они связаны друг с другом процессом преобразования реальности, который осуществляется сознанием индивида.

В центре мыслящего субъекта находится трансцендентальное единство апперцепции, которое лежит в основе любого познания и обуславливает единство самосознания. На основе трансцендентального единства апперцепции создается трансцендентальное Я субъекта, которое дает ощущение цельности себя, уверенность в авторстве собственных мыслей и действий [108, с. 114–113]. Таким образом благодаря трансцендентальному единству апперцепции проявляется одно из важных свойств субъектности – целостность. В современной феноменологической литературе трансцендентальное Я получило название «минимальное Я» [259, с. 558].

Субъект обладает эмпирическим Я, которое определяет содержание его сознания, возникающее при взаимодействии с миром в его познании. Эмпирическое Я – это продукт более высокоуровневой рефлексии. В него входит характер, биография, мировоззрение личности и ее проекты на будущее [108, с. 114–113]. В рамках эмпирического Я осуществляется целеполагание и планирование, кото-

рые являются важными показателями субъектности личности. В современной феноменологии оно стало называться «рефлексивное Я» [259, с. 560].

В философии И. Фихте субъект определяется как абсолютное, первичное бытие, выступающее источником всей реальности. Философ утверждает, что всё знание возникает из активности «Я», утверждая свое собственное существование через рефлексию [190]. Акцент смещается с познания мира на самопознание. Фихте отказывается от кантовского истолкования «вещи в себе» как независимой от сознания сущности. Содержание сознания объяснимо без апелляции к внешней реальности, его можно постигать из него самого, поскольку сознание выступает в качестве единственной реальности. Внешняя действительность («не-Я») лишь создает границу деятельности сознания, остановку в его активности. Субъектность в философии И. Фихте раскрывается через самосознание, принципиальную неограниченную свободную деятельность сознания, направленную на постижение границ «Я» познающего субъекта [190]. Иными словами, субъектность по Фихте заключается в постоянной активности «Я», устанавливающего свои пределы и взаимоотношения с внешним миром через акты рефлексии и творческой деятельности. Этот процесс обеспечивает свободное проявление индивидуальности личности и служит фундаментом для построения системы знаний.

Феноменологический подход к субъектности

Идеи Канта и Фихте получают развитие в феноменологии Э. Гуссерля, который рассматривает процесс познания как постижение феноменологической действи-

тельности субъектом. Познание возможно благодаря интенциональности, являющейся внутренней, имманентной направленностью сознания на предмет исследования. Благодаря интенциональности предмет обретает определенное значение (смысл) [62, с. 64]. Интенциональность есть проявление целесообразной активности, которая выступает в качестве главной характеристики субъектности. В рамках феноменологического подхода центр субъектности представляет собой трансцендентальное Эго, которое конструирует объекты в сознании и сопрягает феномены с их смыслом. Конституирование смысла происходит одновременно с восприятием объекта реальности [108, с. 114].

В философии М. Мерло-Понти исследуется способность сознания к восприятию, которое осуществляется посредством телесности человека. Восприятие выступает в качестве основы, на которой развертываются все акты сознания [130, с. 8]. Субъектность человека проявляется в неразрывном единстве тела и сознания, интенции которого направлены на окружающей мир и формируют систему отношений в том пространстве, в котором укоренено тело. Сознание без тела невозможно представить, так как тело «увлекает за собой интенциональные нити, которые связывают его с его окружением, и в итоге являет нам как воспринимающего субъекта, так и воспринимаемый мир» [130, с. 107]. Интенциональность сознания, осуществляемая через тело, позволяет воспринимать предметы окружающего мира. Тело рассматривается как медиум, проводник человеческого бытия в мир, благодаря ему хаотичное восприятие обретает целостность, первичный ма-

териал восприятия приобретает смысл и значение, т. е. знание о реальном мире в своей специфичности конструируется сознанием и обусловлено телесностью человека. Тело настолько тесно «переплетено» с миром, что очень трудно увидеть границы реальности и наших феноменов. Человек осознает мир только посредством своего тела, оно воспринимает окружающую действительность и, самое главное, дает возможность для конструирования своей собственной реальности, отличной от других. Таким образом, в рамках феноменологического подхода субъектность как свойство сознания проявляется через интернациональный акт направленности на объект восприятия. В интернациональном акте участвует не только сознание, но телесность человека. В ходе этого акта создается образ реальности, преобразующий действительность в доступную для человеческого сознания форму.

В феноменологии Э. Левинаса «этика предшествует онтологии», поэтому понятие «субъектность» рассматривается через обращенность к «Другому». Субъектность выступает как особая форма бытия, центрированная на этическом отношении к Другому. Другой человек обладает особой привилегированной ролью, встреча с ним влечет за собой признание его бесконечной ценности, оказание ему безусловной заботы и помощи. Ответственность выступает главным элементом этического измерения субъектности. Эта ответственность основана не на согласии или договоре, а на изначальном долге перед Другим. Встреча с Другим трансформирует субъектность. Она выводит за пределы замкнутых рамок личного бытия, заставляя пересмотреть свои убеждения и ценности [116].

Идеи Э. Левинаса получают развитие в феноменологии Б. Вальденфельса. Немецкий философ вводит категорию «другое» в качестве основного элемента феноменологического анализа. Любая встреча с иным, будь то незнакомый опыт, чужой взгляд или непривычное ощущение, является отправной точкой для возникновения нового смысла. Внезапное вторжение чуждого опыта нарушает привычный порядок, стимулирует рефлексию, дает возможность для обновления и освобождения от узких рамок привычных представлений. Субъектность возможна только через нарушение равновесия, через постоянные столкновения с чужими мирами и чужими способами понимания, поскольку это столкновение стимулирует развитие субъекта и расширяет его горизонты. Субъектность проявляется как постоянная готовность вступить в контакт с неизвестным и непредсказуемым, пережить вмешательство иного опыта, который нарушает устойчивую картину мира и вызывает необходимость глубокого переосмысления своей идентичности, способов познания и видения реальности [44, с. 130].

Экзистенциальный подход к субъектности

Феноменологическая традиция получает свое продолжение в экзистенциальном подходе. По мнению Н.А. Бердяева, человек раскрывается через идущую изнутри творческую активность, благодаря ей он осознает себя субъектом. Тайна о человеке открывается во внутреннем человеческом существовании. Стать субъектом человеку мешает заброшенность в объективированный мир, подавляющая его индивидуальность. Однако человек не принадлежит к внешнему миру всецело, он имеет свой

собственный внутренний мир и свою несоизмеримую с объективной природой судьбу. Он способен уходить от материального мира в мир духовный, он может освобождаться от объективации путем одухотворения внешнего мира своей творческой деятельностью [22, с. 302]. В философии Н. А. Бердяева творчество выступает как проявление субъектности, поскольку оно способствует саморазвитию, самовыражению и преобразованию окружающего мира и самого себя. Творчество является преодолением объективации и самообъективации, оно наиболее полно раскрывает потенциал личности и помогает ей стать активным субъектом своей жизни.

В философии М. Хайдеггера одним из проявлений субъектности является аутентичность. Под ней понимается верность самому себе, следование собственным убеждениям и ценностям. Аутентичность подразумевает согласованность внутреннего мира человека с его внешним поведением и поступками. Аутентичный человек осознает свою индивидуальность и стремится ее выразить, не пытаясь соответствовать ожиданиям окружающих. По мнению М. Хайдеггера, аутентичность – это возможность самоопределения человека как существа, которое делает себя само в социальной реальности и в мире идей [195, с. 153].

Аутентичная личность стремится к подлинному существованию, она свободно выбирает убеждения, которые отвечают ее внутренним потребностям и личным ценностям, критически воспринимает внешние воздействия, сохраняя верность себе. Быть аутентичным, согласно М. Хайдеггеру, – значит сохранять целостность, ясность, согласованность и честность [54, с. 66]. Канадский фило-

соф Ч. Тейлор определяет аутентичность как определенный способ быть человеком. Данный способ характерен только для определенного индивида и открывает возможность быть по-настоящему самим собой. Если человек перестаёт быть самим собой, то теряет смысл собственного существования и понимание его значимости для себя самого [253, с. 28–29].

Подлинное существование возможно лишь тогда, когда человек выходит из состояния повседневности и рутины, преодолевает конформизм и достигает внутреннего понимания собственной аутентичности [70, с. 50]. Подлинное существование достигается путем преодоления экзистенциального страха, в котором находился человек, «выброшенный» в «бытие-в-мире». Условием преодоления экзистенциального страха является совесть. Живя в согласии с собственной совестью, человек может обрести аутентичность.

Современный человек часто оказывается погруженным в состояние повседневной суеты и обыденности, теряя связь с подлинным бытием и забывая о своей индивидуальной природе. Под влиянием общественных стандартов и стереотипов человек рискует утратить ощущение своей уникальности, растворившись в толпе. Утрата аутентичности приводит к состоянию *Das Man*. Это неподлинное существование, при котором человек растворяется в анонимной массе и теряет свою самобытность. Состояние *Das Man* характеризуется бессубъектностью, человек становится объектом общественных манипуляций. Он не принимает самостоятельных решений, его действия определяются социальными нормами и обычая-

ми, которым он бездумно подчиняется. Индивид, попадая в ловушку социального конформизма, постепенно лишается возможности глубоко осознать свою уникальную природу и выбрать путь, соответствующий его истинным интересам и потребностям [195, с. 92]. Х. Арендт, опираясь на взгляды своего учителя, связывает проявление субъектности с возможностью открыто высказывать свое мнение и занимать активную позицию в обществе. По мнению Арендт, подлинность достигается в условиях открытости и участия в общественных делах, а не пассивного подчинения авторитетам. Субъектность требует не только личной свободы и автономии, но и способности выражать собственную сущность честно и последовательно, несмотря на внешние влияния и давление общества [5].

М. Хайдеггер считает, что выход из состояния *Das Man* – это возвращение к *Dasein* (к подлинному бытию, заключающемуся в постоянном поиске смысла и понимании собственного места в мире). Возвращение к *Dasein* становится возможным благодаря развитию внутренней способности прислушиваться к собственному голосу совести [195, с. 136]. Жить в согласии с совестью означает преодолеть влияние общественного мнения, начав активно исследовать свои внутренние мотивы и ценностные предпочтения.

Таким образом, внутренний диалог с совестью играет роль катализатора процесса восстановления связи с самим собой. Человек учится различать общественные шаблоны и собственные ценности, обретая уверенность в правильности выбранного пути и испытывая чувство полноты бытия. Через активное обращение к своей внут-

ренней сути и постоянное осмысление происходящего формируется подлинное личностное ядро, независимое от внешних факторов и сохраняющее целостность даже в сложных ситуациях.

По мнению М. Хайдеггера, устремленность *Dasein* к своему подлинному бытию является проявлением заботы о себе [195, с. 158]. Забота о себе – это единственно возможный путь обретения субъектности. У М. Фуко забота отражает умение человека не терять связь с собой, будучи социальным существом. В заботе субъект сохраняет свою индивидуальность, не замыкаясь в себе, испытывая интерес к другим людям и поддерживая отношения с ними [194, с. 12]. Таким образом, субъектность развивается через заботу, в результате которой индивид воспитывает в себе ряд качеств, обеспечивающих формирование собственной позиции по отношению к себе, другим людям, жизни.

Л. Бинсвангер, развивая мысли М. Хайдеггера, определяет человеческое существование как проявление заботы в трех измерениях времени. Подлинное существование связано прежде всего с будущим. С точки зрения экзистенциального подхода, сущность человека изначально не определена, находится в постоянном становлении. Человек живет будущим, реализуя собственные проекты и цели, даже настоящее и прошлое воспринимаются человеком сквозь призму будущего, которое придает смысл жизни и открывает перспективы развития. Мысли о будущем позволяют индивиду выйти за пределы самого себя, расширяя горизонт возможностей. Утрата перспективы будущего приводит индивида к ощущению бессмысленности жизни. Если индивид сосредоточен лишь на событиях

прошлого, его восприятие жизни становится детерминированным, в нем всякое событие воспринимается как следствие предшествующих обстоятельств. Человек лишается ощущения свободы выбора и ответственности, испытывает чувство бессилия перед лицом судьбы, основанное на ощущении неизбежности повторения прошлых ошибок. Доминирование модуса настоящего ведет к обеднению внутренней жизни человека и его обезличиванию [24, с. 12]. Жизнь становятся пустой, предстает перед ним набором случайных событий, не связанных внутренним смыслом, не обладающих ценностью.

Главной характеристикой человека является его обращенность в будущее. Так Г. Марсель рассматривает личность как самоконституируемое начало, а Ж.-П. Сартра – как направленный в будущее «проект», который реализуется посредством свободного выбора [159, с. 116]. По мнению философов, субъектность связана с процессом самоопределения. Человек сам решает, кем ему быть в процессе жизненного становления. В философии Ж.-П. Сартра субъектность прежде всего реализуется через акт свободной воли. Она подразумевает способность человека действовать самостоятельно и принимать решения в соответствии с выбранной системой ценностей и идеалов и отвечать за последствия выбора. Ж.-П. Сартр отмечает, что наша человечность выбирает действия, которые имеют для нас ценность, данный выбор продолжает определять нас. Человек не сотворен изначально, он творит себя, выбирая мораль в определенных обстоятельствах [159, с.116]. В экзистенциальном подходе человек определяется лишь в связи с решением занять духовно-

нравственную позицию. Череда выборов оказывается основой для саморазвития личности, посредством которых она создает саму себя. В процессе непрерывного развития человек всегда выходит за границы самого себя, реализуя свои возможности. М. К. Мамардашвили определяет суть человеческой природы как способность постоянно превосходить себя, только при таком условии индивид сможет быть собой [127, с. 38].

Таким образом в философии экзистенциализма можно обнаружить принцип субъектности, обозначенный В. А. Петровским как самопричинность, способность к самосозиданию и саморазвитию [142, с. 61]. В экзистенциальном подходе понятие «субъектность» связывается со способностью человека осознавать себя как причину своего индивидуального существования, с умением предпринимать свободные решения и нести за них личную ответственность, с пониманием авторства собственного бытия, посредством реализации внутреннего потенциала в ситуациях выбора. Фундаментальной характеристикой человека признается обращенность в будущее, человек сам выбирает и строит свое будущее, определяя самого себя. Становление личности в процессе существования отражает процесс самотрансцендирования. Данный процесс связан с исполнением всех возможностей, своими действиями человек изменяет свою жизненную ситуацию и выходит за пределы самого себя [157, с. 167].

Важную роль в развитии субъектности играют пограничные ситуации. Пограничные ситуации – это неотвратимые и непреодолимые ситуации человеческого существования, которые сопровождаются переживанием

глубочайшего потрясения («крушения», «отчаяния») перед лицом физической или нравственной гибели. К. Ясперс в качестве пограничных ситуаций рассматривает смерть, случай, вину и ненадежность мира, которые обнаруживаются для человека как ситуации провала. На ситуации провала люди реагируют или их сокрытием, или их постижением с последующим отчаянием и избавлением от него. Через осознание провала человек может «обрести путь к бытию» [216, с. 108]. В пограничных ситуациях человек сталкивается лицом к лицу с хрупкостью бытия, осознает свою ограниченность и одновременно открывает возможность выйти за пределы рациональности и обрести подлинное существование. Только пройдя через предельную ситуацию и осознавая её последствия, человек способен прийти к пониманию своей уникальности и ответственности перед самим собой и миром, он превращает собственную жизнь из случайного течения событий в целенаправленные действия, наполненные смыслом и значением. Таким образом, пограничные ситуации могут приводить к «высветвлению экзистенции» – своеобразному озарению, позволяющему увидеть жизнь объективно и обрести подлинный смысл личностного бытия. Они выступают катализатором личностного роста, позволяя человеку выйти за рамки обыденного существования и раскрыть глубинные слои своего существа [216, с. 110].

Опыт пограничных ситуаций часто приводит к осознанию конечности бытия и формированию активной жизненной позиции, что также способствует развитию субъектности. Осознание конечности жизни является важным фактором, стимулирующим личностный рост и

развитие субъекта. Экзистенциальный психотерапевт И. Ялом считает, что признание неизбежности смерти позволяет занять субъектную позицию по отношению к собственному бытию, даёт человеку возможность глубже осознать личную ответственность за построения собственного проекта жизни. Это помогает человеку избежать бессмысленных действий и сосредоточиться на реализации своего внутреннего потенциала и на достижении действительно значимых для человека целей. Таким образом, осознание смерти способствует проживанию более полной, насыщенной смыслом жизни, которая приносит индивиду глубокое удовлетворение [213, с. 234].

К. Ясперс отмечает, что пережитый человеком опыт пограничных ситуаций имеют силу, только при условии экзистенциальной коммуникации между людьми. Экзистенциальная коммуникация – это особый тип общения, возникающий в условиях глубокого личного контакта, направленного на совместное постижение фундаментальных вопросов человеческого существования: смысла жизни, свободы выбора, личной ответственности, смертности и конечности бытия. Она предполагает открытость собеседников друг другу, искреннее стремление к взаимопониманию и готовность делиться самыми сокровенными чувствами и мыслями.

Философ отмечает, что только в такой коммуникации осуществляется истина, только посредством нее человек может проявить свою самость. К. Ясперс, описывая экзистенциальную коммуникацию, использует метафору «любящей борьбы», в которой каждый человек готов сдать свое оружие другому. Борьба здесь символизирует актив-

ное противостояние разных точек зрения, где каждому коммуникатору необходимо отстаивать свои убеждения и принципы, поэтому экзистенциальная коммуникация требует самообладания, концентрации внимания и интеллектуальных усилий. К. Ясперс отмечает, что в этой борьбе оба собеседника «решаются показать себя другому вполне откровенно и позволить ему подвергнуть себя сомнению». Участники взаимодействия открываются друг другу и готовы принять сомнения другого относительно своей мировоззренческой позиции. Такое сомнение является частью процесса познания истины и личностного роста. Оно помогает выйти за пределы собственного ограниченного понимания мира и приблизиться к более глубокому пониманию реальности. Экзистенциальная коммуникация является пространством для сотворчества, где участники создают смыслы, касающиеся важнейших аспектов человеческого существования [216, с. 75].

Любовь в этой коммуникации проявляется в признании достоинства личности другого, в уважительном отношении к нему. Цель экзистенциальной коммуникации заключается не в победе над оппонентом, а в достижении понимания посредством конструктивного диалога и в «самопрояснении». «Самопрояснение» включает в себя раскрытие своей уникальной природы и ограничений. Через открытый диалог с другими людьми индивид получает возможность увидеть себя глазами окружающих и лучше понять самого себя. Экзистенциальная коммуникация помогает структурировать внутренний опыт и сделать его ясным для понимания. К. Ясперс отмечает, что «в экзистенциальной коммуникации со-бытие открывает

для взгляда трансценденцию» [216, с. 109]. Индивид выходит за пределы своего субъективного опыта, постигает новые открывшиеся ему смыслы бытия. Экзистенциальная коммуникация может приводить собеседников к обнаружению общих переживаний, что укрепляет чувство солидарности и дает возможность чувствовать себя частью общечеловеческого опыта.

В экзистенциальной коммуникации устанавливается субъект-субъектное взаимодействие, где собеседники воспринимают друг друга как равнозначных партнеров, вовлеченных в совместный поиск смысла. Экзистенциальная коммуникация становится возможной только в случае отказа от стремления победить другого или его изменить согласно собственным фиксированным идеалам. Если большинство повседневных коммуникаций имеют манипулятивный характер, где одна сторона пытается направить действия или мысли другого участника в выгодное ей русло, то подлинная экзистенциальная коммуникация основана на равенстве, обоюдном признании, солидарности [56, с. 28]. Вступив в подлинную коммуникацию, собеседники открыты взаимодействию, свободно выражают свои мысли, создавая атмосферу доверия и взаимного уважения.

Экзистенциальная коммуникация играет важную роль в формировании и развитии субъектности. Благодаря открытой и глубокой коммуникации человек лучше узнает самого себя, выявляет собственные потребности, желания и ограничения. Приобщаясь к опыту собеседника, он обогащает собственное миропонимание, открывая новые перспективы и ресурсы для личностного роста. Таким образом, экзистенциальная коммуникация выступает

важным инструментом для осознания собственной уникальности и построения прочной основы для автономного и сознательного существования.

Еще одним условием развития субъектности, тесно связанным с коммуникацией, является принятие экзистенциальной изоляции. Экзистенциальная изоляция представляет собой универсальное переживание, поскольку каждый человек неизбежно сталкивается с одиночеством. Причина одиночества заключается в уникальности субъективного опыта переживаний, невозможности в полной мере выразить и передать другому свои мысли, чувства, переживания, свою картину мира. Доступ к внутреннему миру человека всегда ограничен, поэтому испанский философ Х. Ортега-и-Гассет пишет о неотчуждаемости жизни и о невозможности ее проживания за другого. Человек способен видеть и понимать мир, переживать происходящие с ним события только из своей точки пространства, из своего «здесь». Его виденье мира всегда представляет собой определенную «перспективу», которая перед ним открывается. Даже если другой человек займет его место в пространстве, он будет видеть реальность по-своему, перспективы восприятия будут разные, поэтому миры людей никогда не смогут совпасть полностью. Каждый обречен на жизнь в своем мире. В этом заключается причина изначального человеческого одиночества [138].

Однако именно опыт изоляции помогает развить субъекту осознанность и независимость. Переживая моменты одиночества, человек учится полагаться на собственные представления о жизни и свои внутренние ресурсы. Через осознание, что другой человек никогда не

сможет понять его в полной мере, индивид начинает искать свой внутренний компас, постепенно обретая свободу выбирать свои ценности, смыслы и направления в жизни, освобождаясь от давления внешних ожиданий и стереотипов общества.

Экзистенциальный психотерапевт И. Ялом отмечает, что в той мере, в какой человек отвечает за собственную жизнь, он одинок. Животное может сопровождать ощущение «пастуха», присматривающего за ним. Однако человек должен искать опору внутри себя, становиться автором собственного бытия [213, с. 399]. Авторство бытия подразумевает отказ от мысли, что другой может направлять твое существования. Авторство бытия предполагает признание человеком своей роли «создателя самого себя и собственной судьбы». В процессе созидания он преобразует и мир вокруг себя, поэтому его ответственность в сартровском понимании безгранична, она «распространяется на все человечество» [160, с. 20]. Таким образом, ответственность не ограничивается личным уровнем, она выходит далеко за пределы индивидуальной сферы и охватывает весь человеческий род. Каждое принятое человеком решение создает этический ориентир, влияющий на окружающих. Предпринимая или отказываясь от совершения определенного действия, человек формирует систему ценностей, которая влияет на общественное сознание и, в конечном итоге, на ход событий.

Системно-деятельностный подход к субъектности

Представители системно-деятельностного подхода внесли значительный вклад в изучение проблемы субъектности, предложив системное и детальное рассмотрение

данного феномена, которое существенно углубляет представления о природе и механизмах функционирования субъекта деятельности. Их теоретико-методологические разработки позволили комплексно исследовать структуру, динамику и условия формирования субъектности, преодолев ограничения предшествующих концепций и став фундаментом для последующего научного анализа в рамках данного исследования.

Основоположник деятельностного подхода С. Л. Рубинштейн рассматривает субъектность как качество индивида, проявляющееся в общении и деятельности, позволяющее осуществлять преобразовательное, активное и творческое отношение к себе и к миру [152, с. 28]. Активность, способность к самоопределению, самодетерминация, саморегуляция, самовыдвижение и самосовершенствование составляют структуру субъектности. Под структурой субъектности понимается совокупность компонентов, которые определяют особенности и характеристики личности как субъекта деятельности и отношений [27, с. 18]. А. Н. Леонтьев, опираясь на взгляды С. Л. Рубинштейна, считает, что деятельность является необходим условием развития субъектности. Человек становится активным субъектом деятельности и творцом собственного бытия, если в процессе жизнедеятельности он преобразует окружающее пространство, исходя из поставленных целей и задач. Субъектность личности прежде всего проявляется в самодетерминации и творческой активности [117, с. 56]. В работах А. В. Брушлинского, К. А. Абульханова-Славской, В. И. Слободчикова субъектность определяется как системное качество личности, позволяющее самостоятель-

но и творчески организовывать свой жизненный путь. Субъектность позволяет принимать решения и действовать в соответствии со своими целями и ценностями, непрерывно самосовершенствуясь и развиваясь в процессе приобретения опыта [41, с. 324]. Благодаря ей человек выступает в роли творца жизненной истории, способного к целеполаганию, построению траектории своей жизни, созиданию и самосозиданию, непрерывному саморазвитию [41, с. 112]. В. И. Слободчиков и А. В. Леонтович считают, что субъектность проявляется в способности к целенаправленному регулированию собственной активности (постановка цели, контроль этапов выполнения, оценка полученных результатов) [168, с. 110]. Человек с выраженной субъектностью определяет направление жизненного пути осознанно, ответственно, свободно. Свобода реализуется в аутентичных сферах жизнедеятельности, где человек выражает свою индивидуальность, следует своим убеждениям и ценностям, не подстраиваясь под общественные стереотипы и ожидания [143, с. 34]. К. А. Абульханова-Славская связывает субъектность с активностью и нахождением смысла жизни. Она отмечает, что человек с выраженной субъектностью самостоятельно организует собственное бытие. Его жизненный путь является своеобразным отражением субъектности, так как он выстраивает свою деятельность, основываясь на внутреннем ощущении времени, наполняя своё существование личными смыслами. В своей деятельности субъекту важно соотносить свою внутреннюю жизнь с объективной реальностью, учитывать особенности своей индивидуальности и специфику окружающего мира, поскольку без установления

точек соприкосновения между ними невозможно сохранить свою уникальность и адаптироваться к условиям среды [143, с. 33–34]. А. К. Осницкий отмечает, что истинным субъектом жизнедеятельности человек становится только в ситуации активного осознанного целеполагания, планирования и выбора условий, необходимых для выполнения намеченных планов. Как и другие представители деятельностного подхода, он рассматривает в качестве важного показателя субъектности самодетерминацию личности. Самодетерминация означает, что человек осуществляет деятельность, опираясь в большей степени на внутренние мотивы. Самодетерминация основывается на автономии, благодаря ей человек может действовать аутентично. Он способен дистанцироваться от влияния среды и действовать независимо от принципов, которые определяли его поведение ранее [139, с. 10]. Автономная личность обладает субъектностью, она может самостоятельно и осознано выбирать ценности, ставить перед собой значимые цели и осуществлять личные жизненные проекты. Чем больше человек проявляет активность и самостоятельность в разных видах деятельности, тем ярче выражена его субъектность. В качестве маркеров субъектности автор также выделяет способность к самоконтролю или саморегуляции. Личность, обладающая субъектностью, должна уметь управлять своим поведением и стабилизировать свое эмоциональное состояние. По мнению А.К. Осницкого, показателями субъектности являются способность к рефлексии, саморазвитию, проявлению субъектной активности в деятельности [139, с. 232].

В работе Т. В. Белых, А. М. Майрамян субъектность описывается как динамическое и иерархически выстроенное образование, которое проявляется на разных уровнях иерархической организации субъекта. На уровне индивида (субъекта жизнедеятельности) она отражается в образе жизни и способности к осуществлению эффективной саморегуляции. На уровне личности (субъекта деятельности) субъектность проявляется в способности инициировать и эффективно реализовывать познавательную и социальную активность. На уровне индивидуальности (субъекта самопознания) субъектность позволяет осознавать свое «Я», его ценность, расширять границы самопознания. На уровне субъекта самореализации субъектность проявляется в раскрытии творческого потенциала в продуктивной деятельности. На уровне субъекта саморазвития субъектность позволяет выстраивать и реализовывать адекватные стратегии поведения относительно собственного «Я» [20, с. 78].

Большое внимание представители системно-деятельностного подхода уделяют развитию субъектности. А. В. Брушлинский, В. В. Знаков, К. А. Абульханова и др. считают, что человек не рождается субъектом, а становится им в процессе деятельности. В качестве основополагающего принципа развития субъектности является наличие осознанного выбора. Маленький ребенок, который живет влечениями или подчиняется указаниям взрослого, еще не обладает субъектностью. Когда ребенок развивает способностью отрываться от текущего момента, контролировать свои желания, предвидеть последствия своих действий, строить (хотя и кратковременные) планы начи-

нает формироваться его субъектность. Как пишет Л. И. Божович, основное направление развития субъекта заключается в том, что «ребёнок постепенно превращается из существа, подчинённого внешним влияниям, в субъекта, способного действовать самостоятельно на основе сознательно поставленных целей и принятых намерений» [37, с. 378]. Собственные желания, намерения ребенка складываются в иерархическую систему предпочтений, в которой что-то оказывается более важным, а что-то приобретает второстепенное значение. Д. Н. Узнадзе считает, что субъектность получает интенсивное развитие в подростковом возрасте, когда у человека возникает желание быть независимым от своего окружения.

Формирование и развитие субъектности происходит только при принятии волевого решения быть самостоятельным и независимым. Психолог пишет, что «человек становится субъектом только тогда, когда превращается в самосознающее “я”, которое обладает способностью подлинной, волевой регуляции своей жизни» [188, с. 420]. В качестве высшего уровня развития субъектности Л. И. Божович рассматривает превращение субъекта в «творца нового опыта», «воспитателя собственной личности». Человек с выраженной субъектностью не пассивно воспринимает внешние воздействия реальности, а создает новый опыт самостоятельно, преобразуя окружающую действительность и собственное сознание. Он способен осознанно управлять своим развитием, ставит перед собой цели, разрабатывает стратегии действий для их достижения, получает необходимые знания, умения и навыки,

развивает личные качества и преодолевает внутренние ограничения [37, с. 438].

Опираясь на взгляды А. В. Брушлинского, В. В. Селиванов выделяет несколько стадий развития субъектности в онтогенезе: предсубъектную, аморфной субъектности, парциальной субъектности, познавательной субъектности, противоречивой субъектности, личностной субъектности, полноценной субъектности, воплощенной субъектности, угасающей субъектности [161, с. 138].

Предсубъектная стадия затрагивает период с рождения до года. На этой стадии ребенок зависим от взрослых и еще не способен проявлять автономию и инициативу во взаимодействии с внешним миром. Ребенок пока не проявляет устойчивого интереса к познанию окружающей реальности, исследованию предметов и явлений. Любопытство и интерес возникают эпизодически и зависят от внешней стимуляции взрослого окружения.

Стадия аморфной субъектности – это этап развития ребенка, начинающийся примерно в год и продолжающийся до трех-четырехлетнего возраста. Ребенок осознаёт свою активность и желания преимущественно через взаимодействие с окружающими людьми. В реализации собственных потребностей и желаний ребенок зависит от помощи родителей. На данном этапе ещё не сформирована чёткая граница между собой и окружающим миром. Развитие самосознания находится лишь в начальной фазе, дети воспринимают себя как часть окружающей среды, не выделяя собственную индивидуальность отдельно. К концу периода ребенок постепенно начинает отделять себя от окружения, осознавая собственные чувства и потребности.

Появляется интерес к познанию мира, стремление исследовать окружающую среду самостоятельно [161, с. 138].

Стадия парциальной субъектности охватывает возраст детей от четырёх до шести лет. Её основной характеристикой является формирование способности совершать общественные поступки и осваивать социальные способы действий. Ребёнок учится взаимодействовать с обществом посредством освоения общепринятых норм поведения. Игра становится ключевым инструментом для освоения социальных отношений и правил поведения. Дети начинают проявлять способность к самостоятельной организации своей деятельности. Они могут выполнять отдельные виды деятельности либо целиком сами, либо при частичной помощи взрослых. Это способствует развитию самодостаточности и независимости. У детей развивается умение контролировать основные физиологические процессы и некоторые формы психической активности. Они учатся сдерживать эмоции, регулировать поведение и планировать деятельность, следуя установленным правилам [161, с. 138].

Стадия познавательной субъектности охватывает возраст от 6 до 12 лет. На данной стадии начинается интенсивное развитие признаков субъектности, связанных с проявлением интереса к окружающему миру и стремлением к познанию. Главное содержание деятельности ребенка на этой стадии связано с систематическим приобретением знаний, умений и навыков. Ведущей деятельностью выступает учебная, направленная на развитие интеллектуальных способностей и получение системы знаний. У ребенка на этой стадии преобладает словесно-

логический тип мышления, формируется абстрактное понимание предметов и явлений. У ребенка возникает новое понимание себя и своего места в обществе. Его мысли и поступки теперь определяются желанием соответствовать ожиданиям других людей, стремлением поступать правильно. Формируются моральные ценности, такие как справедливость, честность и ответственность перед другими людьми [161, с. 139].

Стадия противоречивой субъектности относится к подростковому возрасту (обычно от 12 до 17 лет). Половое созревание приводит к бурному росту осознания своей идентичности и принадлежности к определенному полу. В моральной сфере сохраняется ориентация на нравственный реализм, однако многие ценностные суждения подвергаются испытанием релятивизмом. Подросток часто испытывает трудности с самоконтролем, особенно в нестандартных ситуациях. Относительная самодостаточность и самостоятельность подростка сочетаются с зависимостью от окружения и ориентацией на других. Субъектность подростка выражается в желании проявить инициативу, независимость и заслужить признание среди сверстников [161, с. 140].

Стадия личностной субъектности наступает примерно в возрасте от 17–18 и продолжается до 25 лет. Центральное место занимает внутреннее развитие личности, духовное обогащение и поиск смысла жизни. Молодежь пробует себя в различных сферах деятельности, ищет свое призвание, определяет жизненные ориентиры и приоритеты. На первый план выходит личный взгляд на мир, на самого себя и других людей [161, с. 140].

На этом этапе человек реализует свои способности через трудовую деятельность, получая профессиональный опыт и навыки. Этот период знаменуется первым опытом серьезных отношений, созданием семьи и принятием соответствующих обязательств. Субъект достигает наивысшего уровня внутреннего контроля и регуляции психической активности.

Стадия полноценной субъектности протекает в возрасте от 25 до 50 лет. На этой стадии происходит постепенное замедление некоторых физических и сенсорных функций организма, однако отмечается активный рост и развитие умственных способностей, связанных с абстрактным мышлением и способностью оперировать понятиями. Человек достигает глубокого осознания собственного внутреннего мира, своих возможностей и способностей. Именно на этой стадии индивид достигает пика профессионализма и мастерства в избранной деятельности. Осуществляются наиболее значимые достижения в профессиональной сфере, реализуется потенциал, накопленный за предыдущие годы. Взрослый человек проявляет независимость, самостоятельность, становится полноценным участником общественных отношений, активно влияющим на окружение [161, с. 140].

Стадия воплощенной субъектности наступает в возрасте 50 лет и завершается в 60 лет. На этом этапе жизни человек впервые отчетливо воспринимает течение времени и начинает размышлять о прошедших годах, оценивая реализацию жизненных планов и целей. Часто возникает ощущение сожаления о невыполненных замыслах и несостоявшихся проектах. У субъекта на данной стадии складывается понимание приближающегося предела для раз-

вития и воплощения собственного субъектного начала. Продолжается естественный спад физических и психических сил, связанный с возрастом, снижается активность в профессиональной деятельности. Люди чаще обращают внимание на комфорт и удобство быта, стремясь создать благоприятные условия для себя и своих близких [161, с. 140].

Стадия угасающей субъектности характерна для пожилого возраста (начиная с 60 лет и далее). Основной чертой этой стадии является снижение субъектных проявлений в самых различных сферах, особенно в осуществлении физиологических функций. Усиливается зависимость от внешнего ухода и поддержки, снижается эффективность выполнения повседневных дел. Человек теряет интерес, мотивацию и желание продолжать активную трудовую жизнь. В когнитивной сфере утрачивается четкость и ясность мышления, затрудняется связь между мыслями и личными установками [161, с. 140].

Последовательность представленных стадий демонстрирует динамичное развертывание субъектности человека, которое подчинено закономерностям возрастного развития и индивидуальным особенностям личности. Изучение онтогенеза субъектности позволяет лучше понимать процессы развития личности и выявлять факторы, способствующие оптимальному формированию активной жизненной позиции. Понимание особенностей развития субъектности на разных этапах жизни важно для педагогики, психологии и социологии, поскольку оно помогает создать благоприятные условия для воспитания самостоятельного и уверенного в себе человека.

Ценностно-смысловой подход к субъектности

Ценностно-смысловой подход (аксиологический подход) к субъектности акцентирует внимание на личностных ценностях и смыслах, которые являются необходимым условием для развития субъектности личности. Человеческое бытие включает такие формы проявления активности личности, как деятельность, воля, общение и познание. Данные формы активности имеют субъектный характер, поскольку отражают ценностное отношение к миру, раскрывают личностные смыслы субъекта, исходя из которых он выстраивает отношения с реальностью. И. Г. Сухин отмечает, что человеческое бытие можно описывать как бытие «с позиции» ценности. Саму ценность следует понимать как фиксируемую сознанием актуальность смысла, с присущей ему значимостью, содержащей и предполагающей субъектное отношение [181, с. 76].

Субъектное отношение к другому является формой взаимодействия на уровне «человек-человек», когда общающиеся видят и воспринимают себя и друг друга не в качестве объектов деятельности, а в качестве полноправных членов взаимодействия, личностями со своими индивидуальными качествами и возможностями. Отношения в таком взаимодействии строятся на основе диалога, сотрудничества, сотворчества, что способствует проявлению инициативы, раскрытию и актуализации личности [164, с. 757]. Субъектные отношения предполагают принятие личности другого человека, взаимодействие осуществляется в безграничном доверии и в атмосфере совершенной открытости. Сознания взаимодействующих субъектов не содержат объективно-фиксированных идеалов, к которым

они стремятся подвести общение. В процессе коммуникации бытие другого признается как собственное, отсутствует стремление подладить его под идеализированный образ. Субъектные отношения всегда выносят за скобки стремление к власти и желание добиться превосходства и победы, взаимодействующие пытаются достичь духовного единства через сохранение индивидуальности каждого участника.

В основе субъектных отношений лежит «добрая воля» (воля к добру), выступающая мерилом ценности поступков. Согласно И. Канту, добрая воля требует от человека поступка, который осуществляется в соответствии с этическим принципом – категорическим императивом [89, с. 60–61]. Использование правил категорического императива может способствовать развитию нравственного компонента субъектности, поскольку акцентируется внимание на формировании этических качеств и автономности личности. Благодаря автономии человек дистанцируется от влияния среды, действует аутентично, совершает поступки исходя из внутренних оснований, а не внешнего давления [88, с. 279].

Автономная личность обладает субъектностью, она может проявлять активность, самостоятельность в принятии решений и действиях, несет ответственность за себя, оценивает свои действия с позиции морали. Как утверждает философ, человеку следует поступать так, чтобы максима его воли могла стать основой всеобщего законодательства [90, с. 273]. Таким образом, человек обладающий субъектностью осуществляет поступки, исходя из собственных решений, однако его решения должны быть

моральными, соответствовать общезначимым нравственным требованиям. И. Кант пишет, что в морали человек «подчинен только своему собственному и тем не менее всеобщему законодательству» [90, с. 274]. По сути, моральный закон выступает как свободное и добровольное самоподчинение личному требованию, имеющему общечеловеческое значение. Следование категорическому императиву должно осуществляться в каждой моральной ситуации, отклонение от требования совести лишает человека целостности, разрушает тождество с самим собой, ведет к потере субъектности.

Этика И. Канта отражает главные принципы формирования субъектных отношений между людьми. Данные отношения являются основой общечеловеческого единства, поскольку в них признается моральное равенство людей. Субъектное взаимодействие предполагает уважение к человеческому достоинству, принятие уникальности другого индивида, духовное сопереживание его опыту. Следование этическим принципам, сформулированным Кантом, способствует установлению субъект-субъектных отношений [26, с. 52]. По мнению философа, каждого человека следует воспринимать как высшую ценность, поэтому поступок, осуществляемый по отношению к нему, должен содержать в себе нравственное требование – рассматривать другого как цель, а не как средство для удовлетворения потребностей [90, с. 270]. Данное требование помогает человеку проверять чистоту своих мотивов, оценивать моральное содержание конкретного поступка и выбирать решения, соответствующие общечеловеческим ценностям. В каждом поступке индивид должен утвер-

ждать ценность и достоинство другого человека, только в этом случае можно говорить о проявлении субъектности.

В широком значении «ценность» для человека выступает как универсальное по своей значимости семантическое образование, на достаточном основании которого выстраивается смысловая определенность человеческого бытия в мире [181, с. 89]. Ценности определяют смыслы, выступают инициирующим и руководящим началом для всех форм активности субъекта. Без выстроенной системы ценностей невозможно найти смысл жизни и осуществить какое-либо целеполагание, которое является значимым проявлением субъектности.

Согласно взглядам В. Э. Франкла, человек не появляется на свет с готовой наследственной программой поведения, он сам определяет смысл в жизни в соответствии с выбранной системой ценностей. Логотерапевт соотносит понятие «смысл» с разумностью. Смысл есть проявление разумности. Разумным является все целесообразное, правильное, ведущее к цели или помогающее ее осуществить [191, с. 286]. Человек, исходя из обнаруженного смысла, ставит перед собой цель и задачи для последующего решения проблем в конкретной жизненной ситуации [181, с. 90]. Таким образом, система ценностей и личностных смыслов обуславливают стремление личности к достижению жизненных целей и планов, способствуют личностному саморазвитию и самореализации. Субъектность является характеристикой деятельности, которая выражает её внутренний смысл. Высшей формой субъектности является личностный смысл, который выполняет регулирующую функцию, определяет мировоззрение, ценност-

ные ориентации, жизненную позицию личности по отношению к миру, другим людям и к самому себе. По мнению В. Э. Чудновского, в качестве источника субъектной активности следует рассматривать смысловые структуры личности, благодаря которым она совершает выбор, управляет своей деятельностью и осознано прокладывает свой жизненный путь [201, с. 173].

Таким образом, в научной литературе понятие «субъектность» не имеет единой трактовки. В научном дискурсе существуют различные представления о данном феномене, каждый автор предполагает своё содержательное наполнение данного понятия. В ходе сравнительного анализа было выделенно шесть подходов, каждый из которых раскрывает определенные аспекты субъектности. В эволюционном подходе субъектность выступает как основной источник прокреативной преадаптации; в гносеологическом подходе – как способность человека быть активным и автономным участником познавательной и практической деятельности; в феноменологическом – как интернациональный акт; в экзистенциальном – как способность осознавать себя в качестве причины своего индивидуального существования; в системно-деятельностном подходе – как преобразовательное отношение к себе и к миру; в ценностно-смысловом подходе – как способность создавать личностные ценности и смыслы. Представленные интерпретации термина сходятся в понимании субъектности как характеристики личности, которая реализуется в социокультурном пространстве в процессе проявления ее активности. Субъектность раскрывается как свойство человека быть агентом действия.

Она выступает как инициирующее творческое начало личности, которое проявляется в способности быть активным и самостоятельным, уметь ставить цели, осознавать мотивы действий, прогнозировать, анализировать и корректировать свою деятельность. Субъектность характеризуется способностью быть актором собственного жизненного пути, определяя свою траекторию развития, создавая свой проект бытия в согласии с выбранными ценностями, идеалами, смыслами. Она предполагает осознанное и деятельное отношение к миру и самому себе, позволяет преобразовывать реальность и самого себя [27, с. 23].

1.2. Структура субъектности

В ряде исследований субъектность определяется как интегративное свойство, объединяющее в себе некоторый набор характеристик и личностных черт. Данные характеристики определяют структуру субъектности, без них она не может проявляться. В концепции Е. Н. Волковой структура субъектности представлена следующими компонентами: осознанная активность, способность к рефлексии, свобода выбора и ответственность за него, осознание и принятие собственной уникальности, понимание и принятие другого человека, саморазвитие [50, с. 53]. В структуре субъектности для каждого компонента можно выделить свои маркеры развития, признаки, которые указывают на проявление субъектных свойств и субъектной позиции личности в разных аспектах жизнедеятельности. Маркеры развития поз-

воляют определять уровень субъектности и отслеживать прогрессивные изменения ее развития.

Первый компонент структуры субъектности – осознанная активность. Это вид активности, направленный на достижение целей в значимой деятельности. М. Н. Цыганкова определяет субъектность как «интегративную характеристику личности, отражающую способность к самодетерминации», которая проявляется в умении самостоятельно направлять и определять свое развитие. Высокий уровень субъектности с позиции автора предполагает умение самостоятельно ставить цели, разрабатывать стратегию личного будущего и подбирать эффективные средства для ее осуществления [199, с. 33].

Таким образом, осознанная активность проявляется в ситуации активного целеполагания в соответствии с внутренней системой ценностей личности, планирования и выбора условий, необходимых для выполнения запланированного, а также в ситуации ранжирования по значимости и востребованности задач, необходимых к выполнению. Осознанность связана не только с целеполаганием и постановкой задач, она также имеет отношение к регуляции человеком собственных действий и поступков. Без осознанности человек не сможет достичь успеха в построении собственной жизни, поскольку у него не будет доставать понимания самого себя [165, с. 9].

Маркерами развития осознанной активности является способность субъекта ставить перед собой цели в соответствии с собственной системой ценностей; планировать и выбирать условий для реализации задуманного; строить

траекторию своей жизни; управлять собой и определять свою роль в деятельности и свое отношение к ней.

С осознанной активностью тесно связана способность к рефлексии, которая позволяет человеку анализировать свои действия и оценивать результаты активности. С. Л. Рубинштейн рассматривает субъектность как проявление рефлексивных умений, которые позволяют ему выйти за рамки жизнедеятельности, посмотреть на нее и себя со стороны, оценить и выработать отношения к самому себе [153, с. 345]. Способность к рефлексии является главным атрибутом субъектности, без нее человек не способен осознавать свой субъективный опыт взаимодействия с реальностью, осуществлять целенаправленную деятельность в мире, выявлять и корректировать ошибки поведения.

Маркерами развития рефлексивного компонента субъектности является способность человека понимать свои личностные качества, особенности характера, способности и таланты; осознавать собственные чувства, переживания; определять мировоззренческие интересы и представления; анализировать и оценивать свои мысли и действия.

Рефлексия позволяет достигнуть понимания собственной духовно-нравственной позиции. Такое понимание тоже есть проявление субъектности человека, поскольку с опорой на нее личность стравит перед собой требования, самостоятельно выбирает способы жизнедеятельности, привносит смыслы в свое существование, становится автором своего бытия [103].

Определяющей особенностью субъектности является осознание смысла собственной жизнедеятельности. Лич-

ностное осмысление является высшей формой субъектности, поскольку посредством нее действия человека и события жизни наделяются ценностью.

По мнению А. В. Брушлинского, субъектность раскрывается через процесс понимания различных аспектов действительности, которое достигается путем аутентичного толкования. Осмысляя объекты и явления реальности, субъект включает их в систему представлений, убеждений и ценностей. При расшифровке вложенных культурных смыслов субъект может обнаружить как очевидные, так и более глубокие имплицитные смыслы. По мнению А. В. Брушлинского, именно имплицитные смыслы в большей степени составляют основу субъектности, поскольку они рождаются в соответствии с имеющимися ценностными ориентирами человека [41, с. 230]. Развитие ценностно-смыслового компонента субъектности можно определить по следующим маркерам: способности личности осознавать свою систему представлений, убеждений и ценностей, формулировать нравственные принципы и идеалы при принятии решений, определять смысл деятельности, занимать определенную ценностную позицию при решении жизненной проблемы.

Важными компонентами субъектности является свобода и ответственность, позволяющие предпринимать решения, согласованные с внутренними мотивами личности и отвечать за последствия совершенных поступков. Согласно Н. А. Бердяеву, духовность человека связана со способностью принять на себя ответственность за судьбу человечества и мира, для чего человек должен постоянно работать над собой, совершать «творческий акт по от-

ношению к самому себе» и самосозидать свою личность [22, с. 300]. Исходя из этого, следует в качестве маркеров развития свободы и ответственности рассматривать умение осознавать свои внутренние мотивы и действовать в соответствии с ними; проявлять самостоятельность и инициативность в деятельности; способность находить реальные возможности для преобразования условий действительности; приходить к персонально обоснованному решению, доводить дело до конца и отвечать за последствия.

Значимым компонентом субъектности является осознание и принятие собственной уникальности. Развитие этого компонента предполагает умение субъекта реалистично оценивать свои таланты, способности и понимать значимость своей личности. Маркерами развития данного компонента являются осознание своих сильных и слабых сторон; объективная оценка своих талантов и возможностей; признание своих достижений; наличие самоуважения; осознание самоценности своей личности и индивидуальности; любовь и доверие к самому себе; конструктивная самопрезентация, открытость во взаимодействии с другими людьми.

Самопринятие тесно связано с принятием другого человека, данные состояния друг друга взаимодополняют. Принятие другого – это отношение к другому, как к человеку, имеющему безусловную ценность, независимую от его состояния, поведения или чувств. Оно проявляется в отсутствии стремления изменить человека в соответствии со своими представлениями, в признании субъективного опыта другого человека, воспринимающего мир по-своему. Маркерами принятия другого являются способ-

ность понимать и разделять чувства другого человека (эмпатия); терпимость к различиям во мнениях, поведении и ценностях других людей; диалогичность общения (готовность учитывать чужую точку зрения); уважение к правам других людей; активное сотрудничество с другими людьми для достижения общих целей.

Последним компонентом в структуре субъектности является саморазвитие. Под саморазвитием понимают осознанную работу человека над собой. С. Л. Рубинштейн проводит философское обоснование идеи саморазвития как самодвижения, при котором все элементы детерминированы внутри самой системы, а не заданы извне. Он сам выступает в качестве субъекта деятельности и объекта преобразования, в этом созидании он выходит «за свои пределы» [152, с. 273]. В саморазвитие индивид проявляет свою субъектность, самоопределяется и раскрывает свой потенциал. Можно выделить следующие маркеры саморазвития: поиск увлечений и интересов, освоение новых видов деятельности, расширение знаний, формирование умений и навыков, раскрытие способностей и талантов, воспитание положительных личностных качеств, осуществление подготовки и достижения профессиональной самореализации путем активной и творческой деятельности.

М. А. Щукина описывает субъектность как способность личности к самоуправлению в социальном контексте бытия. Исследователь выделяет шесть компонентов субъектности: активность, самоценность, автономность, целостность, опосредствованность, креативность. Активность рассматривается как способность субъекта инициии-

ровать и эффективно реализовывать собственную деятельность. Активный человек является опорой для самого себя, он умеет чувствовать, понимать и принимать себя, то есть обладает самоценностностью [207, с. 53]. Данный компонент совпадает по содержанию и имеет те же маркеры развития, что и осознанная активность.

Под самоценностью подразумевается признание своей ценности и значимости личности. Данный компонент субъектности имеет одинаковые с показателем «Осознание и принятие собственной уникальности» маркеры развития.

1. Под автономностью М.А. Щукина понимает независимость субъекта от внутренней предрасположенности и внешних влияний среды. Благодаря автономности, личность действует самостоятельно на основе установленных ею ценностей и принципов [207, с. 53]. Автономность позволяет субъекту быть аутентичным в совершении поступков. Личность, обладающая субъектностью, способна к самодетерминации, она осуществляет деятельность в соответствии с внутренними мотивами [139]. При этом человек должен уметь соотносить собственный внутренний мир с объективной реальностью, поскольку это позволит субъекту адаптивно осуществлять деятельность, учитывая собственные особенности и специфику окружающего мира [27, с. 19].

Автономная личность может самостоятельно и осознанно осуществлять личные жизненные проекты: выбор профессии, создание семьи, поддержание отношений и т. п. Согласно Б. Реслеру, автономия предполагает постоянную проверку того, насколько собственная жизнь является

следствием своего выбора. Только автономно прожитая жизнь может считаться «удавшейся» [248, с. 96]. Таким образом, маркерами развития автономности могут выступать опора на внутренние мотивы в осуществлении деятельности, самоконтроль, способность управлять своими эмоциями, мыслями и поведением, осуществлять саморегуляцию на основе интернального локуса контроля, проявлять заинтересованность, инициативу и занимать активную жизненную позицию в разных сферах, выступать автором собственного бытия, выбирать значимые для себя ценности и виды деятельности.

Субъектность также связана с целостностью, с осознанием своего единства с окружающим миром и другими людьми. Человек становится субъектом социальных отношений тогда, когда освобождается от прямого влияния бессознательных импульсов на свою деятельность и переходит на более высокий уровень психического развития. Он действует опосредовано, его психические акты включены в культурный контекст жизни и деятельности. Опосредованность как компонент субъектности позволяет человеку занимать ответственную позицию по отношению к другим людям и осуществлять социально полезную и ценную деятельность [207, с. 53]. Маркерами развития целостности и опосредованности являются открытость к построению глубоких отношений, способность прикасаться к ценностным основаниям мира, ориентироваться на них в своих действиях, проявлять аутентичность в поведении, в выборе методов реализации собственной деятельности, действовать в мире, исходя из чувства долга и ответственности перед другими и самим собой [26, с. 51].

В качестве еще одного компонента субъектности автор рассматривает креативность – творческую, созидательную, новаторскую деятельность. Субъект посредством творчества преобразует действительность, подбирая нестандартные способы решения проблем и задач, он повышает результативность своей жизнедеятельности. В творчестве реализуется потребность в самоактуализации, полном и свободном раскрытии способностей и возможностей, поэтому творчество способствует духовному развитию личности. Маркерами развития креативности является способность создавать разнообразные и оригинальные идеи за короткий период времени (оригинальность и беглость мышления), находить новые стратегии и возможности для нестандартного решения проблем (гибкость мышления), отходить от стереотипов мышления и обрабатывать большой объём информации.

Различные исследователи предлагают неоднородные трактовки понятия структуры субъектности, отражающие разнообразие подходов к изучению человеческой активности и самореализации. Так, Н.Н. Волкова выделяет компоненты осознанной активности, способности к рефлексии, свободы выбора и ответственности, осознания и принятия индивидуальной уникальности, понимания и принятия другого, а также стремления к саморазвитию [50, с. 54]. В свою очередь, Г. А. Щукина акцентирует внимание на таких аспектах, как активность, самоценность, автономность, целостность, опосредованность и креативность [207, с. 54]. Анализ показывает частичное совпадение содержательных характеристик некоторых компонентов обеих концепций: так, категория «самоценность» близка

понятию «осознание и принятие собственной уникальности», а «автономность» соответствует идее «свободы и ответственности». Таким образом, несмотря на различия терминологии и акцента авторов, общие тенденции позволяют говорить о взаимосвязанности основных структурных элементов субъектности.

1.3. Классификация типов субъектности

Анализ психолого-педагогической литературы позволяет выделить ряд классификаций, описывающих разные типы субъектности. Субъектность проявляется через реализацию личностных качеств индивида в конкретной области жизнедеятельности. В зависимости от сферы жизнедеятельности выделяют социальную, гражданскую, профессиональную, образовательную субъектность.

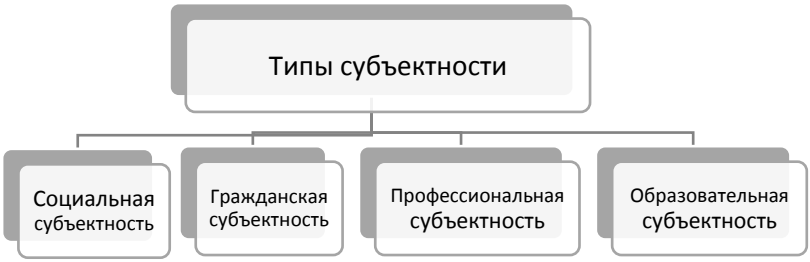


Рисунок 1 – Классификация типов субъектности по включенности субъекта в разные сферы жизнедеятельности

Под социальной субъектностью понимается способность отдельного индивида выступать в качестве творца социальной действительности, принимать сознательные и самостоятельные решения в области социальных отношений, выстраивать ценностное отношение к наиболее важным аспектам общественной жизни [4, с. 106].

Социальная субъектность может быть направлена на решение общественно значимых задач и достижение профессиональных целей. Она служит отражением уровня социализации индивида, поскольку показывает включенность в жизнь общества, степень освоения социальных ролей и проявления личностного потенциала в социально значимой деятельности [175, с. 90].

Гражданская субъектность определяется как способность личности сознательно и активно участвовать в формировании социально-политической действительности. С. Г. Климова понимает под гражданской субъектностью активность личности, целью которой выступают позитивные изменения условий социального бытия, соотносимые с представлением о должном [98, с. 275]. Она предполагает наличие активной гражданской позиции, понимание необходимости участия в общественно-политической жизни государства. Высокий уровень гражданской субъектности предполагает заинтересованность и участие в социально-политической деятельности, неравнодушие к проблемам общества, готовность стать активным субъектом социального развития страны. Гражданская субъектность зависит от уровня образованности человека, его способности разбираться в социально-политических процессах и понимать законы политической жизни, объективно оценивать проблемы общества и подбирать эффективные способы их решения. В социально-философском аспекте

гражданская субъектность является коллективным явлением, поскольку направлена на объединение людей на основе общей системы ценностей и ориентирована на достижение блага для всего общества [205, с. 277].

Профессиональная субъектность – это интегративное личностное качество, которое развивается и реализуется в пространстве профессиональной деятельности [131, с. 7]. Данный тип субъектности отражает систему отношений личности к профессиональной деятельности и своему месту в ней. Профессиональная субъектность напрямую связана с самоопределением личности. Реализация профессиональной субъектности предполагает самоорганизацию, проявление осознанной активности, направленной на преобразование мира и себя, реализацию способности ориентироваться в собственной системе ценностей и смыслообразующих мотивов, осуществлять целеполагание и планирование в соответствии с внутренними мотивами, интегрировать личностный потенциал и опыт для решения профессиональных задач, осознавать собственную ответственность за результат деятельности [182, с. 152].

И. В. Сыромятников рассматривает профессиональную субъектность в структурно-динамическом плане, включая в нее следующие компоненты: субъектный потенциал в виде профессионального опыта и совокупности субъектных качеств (рефлексивность, самоценность, активность, ответственность, целостность, самостоятельность, креативность); профессиональные субъектные позиции, выражающие ценностное отношение и принципиальный характер предстоящей деятельности; субъектная активность, направленная на принятие управленческого решения [182, с. 111].

Образовательная субъектность проявляется в учебной деятельности как способность обучающегося инициировать свою познавательную активность, занимать активную позицию, ставить перед собой цели, планировать и прогнозировать учебную деятельность, достигать намеченных результатов. В формировании образовательной субъектности большое значение имеет переход от внешнего управления со стороны преподавателя к самоуправлению обучающегося, от внешнего контроля к самоконтролю, от внешней оценки к самооценке. Образовательная субъектность рассматривается как компонент метапознания, поскольку она предполагает не только обработку, запоминание, усвоение и последующее воспроизведение учебного материала, но и организацию, контроль и управление собственной учебно-познавательной деятельностью [197, с. 322].

В. И. Панов в своем экопсихологическом подходе предлагает свою классификацию типов субъектности в зависимости от степени проявления осознанной активности субъекта в учебно-познавательной деятельности. В становлении субъектности автор выделяет несколько стадий: «Наблюдателя», «Подмастерья», «Ученика», «Эксперта», «Мастера», «Творца». «Наблюдатель» является наиболее простой стадией становления субъектности. На этой стадии человек выступает как субъект восприятия действия-образца. Он развивает способность видеть и запомнить действие-образец, демонстрируемый другим человеком. На основе наблюдений за учебной деятельностью других людей он формирует представления об образцах действия для решения учебной проблемы. Однако он еще не способен самостоятельно выполнить учебное действие по образцу.

На стадии «Подмастерье» субъект репродуктивно воспроизводит образец действия для решения проблемы, но у него отсутствует полное понимание того, как правильно выполнять работу. Даже с подсказкой педагога ему сложно воспользоваться другим способом решения проблемы, поэтому он предпочитает использовать ранее усвоенный образец. В позиции «Подмастерья» комфортней механически повторять действия за другими. В своей учебной деятельности субъект предпочитает опираться на авторитетные мнения других людей. Находясь на этой стадии, субъект репродуктивно выполняет требуемое действие-образец посредством подражания, при этом он не осознает смысла воспроизводимого действия, не может самостоятельно контролировать правильность его выполнения [177, с. 81].

Ступень развития субъектности «Ученик» является стадией произвольного выполнения действия-образца при внешнем контроле со стороны педагога [177, с. 82]. Находясь на этой стадии, субъект не проявляет инициативу самостоятельно проверить правильность выполнения задания. При оценки собственной работы предпочитает ориентироваться на мнение других людей.

На стадии «Мастер» субъект самостоятельно выполняет образцовое действие при решении поставленных учебных задач. У него присутствует внутренний контроль за правильным выполнением работы. На этой стадии субъект развивает навыки самоконтроля, он способен планировать деятельность и анализировать ее результаты, выявлять ошибки и корректировать свои действия при отклонении от образца [177, с. 82].



Рисунок 2 – Классификация типов субъектности в учебно-познавательной деятельности (В. И. Панов)

Стадия развития субъектности «Эксперт» характеризуется способностью индивида объективно прогнозировать результаты своей работы, видеть и устранять ошибки других людей. Человек на этой стадии превращается в субъект внешнего контроля, он следить за правильным выполнением другими людьми образцового действия. У него сформировано понимание качественного выполнения работы, поэтому он может научить других действовать правильно и эффективно.

На стадии становления субъектности «Творец» усвоенное образцовое действие для решения проблем превращается во вспомогательное средство освоения более сложных действий. На этой стадии деятельность субъекта приобретает творческих характер, он изобретает разнообразные варианты решения проблем, вносит элемент новизны в свою деятельность, стремится расширить стратегии поведения путем получения новых знаний [92, с. 108].

Одним из проявлений субъектности является самодетерминация как способность личности осуществлять свободный выбор, активно участвовать в формировании своей мотивации и поведения. М. М. Карнелович предлагает выделять разные уровни субъектности в зависимости от степени самодетерминации личности [94, с. 54].

Псевдо-субъектный уровень отражает низкую самодетерминацию. Поведение субъекта обусловлено влиянием внешних факторов. Человека имеет низкую мотивацию, не является инициатором собственных действий. Ему сложно ставить перед собой цели, планировать деятельность и контролировать своё поведение.



Рисунок 3 – Уровни субъектности по степени выраженности самодетерминации личности (М. М. Карнелович)

Субъектно-неустойчивый уровень показывает присутствие внешней и внутренней детерминации личности, при ведущей роли первой.

На субъектно-адаптивном уровне проявляется устойчивая самодетерминации личности. На поведение человека влияют с одинаковой силой как внутренние, так и внешнее факторы.

Субъектно-творческий уровень характеризуется высокой степенью самодетерминации. Поведение личности в основном определяется внутренней мотивацией. Она способна самостоятельно ставить цели, выбирать способы их достижения и нести ответственность за свои действия. Личность осознанно выбирает направление саморазвития, исходя из собственных интересов и ценностей [94, с. 54].

По мнению В. Н. Панферова, субъектная активность человека проявляется в двух аспектах: в произвольном поведение и личном отношении субъекта к миру и самому себе [141, с. 10]. В первом аспекте субъектная активность обращена на внешнюю действительность, во втором – на внутренний мир человека. Е. Ю. Коржова, А. А. Сбитнева, Е. Н. Туманова, в зависимости от субъект-объектной направленности, выделяют экстериоризованную и интериоризованную субъектности. Экстериоризованная субъектность – тип субъектности, который направлен на изучение внешних характеристик жизненных ситуаций при решении проблем. Деятельность человека с экстериоризованной субъектностью при столкновении с жизненной ситуации будет связана с выбором поведенческих стратегий. Человек с экстериоризованной субъектностью является объектно-ориентированным субъектом. Он склонен опираться на внешние мотивы, принимая решения, ссылается

на социальные нормы и правила. Он стремиться реализовывать свой личностный потенциал через взаимодействие с семьей, друзьями и коллегами по работе [105, с. 233].

Интернализованная субъектность – это тип субъектности, который направлен преимущественно на собственный внутренний мир. Т. Парсонс определяет интернализованную субъективность как динамическую психологическую характеристику, обусловленную способностью смотреть на собственную жизнь как бы со стороны, включая собственный индикатор оценивания [140, с. 242]. Человек с данным типом субъектности имеет высокий уровень рефлексивности, попадая в ту или иную жизненную ситуацию, он прежде всего анализирует свое понимание происходящего и своего отношение к нему. В результате анализа может поменяться мировоззренческие представления субъекта и его целостный образ бытия. Человек с данным типом субъектности склонен опираться на внутреннюю мотивацию в процессе принятия решения жизненных проблем, его выбор осуществляется исходя из собственной системы ценностей, что говорит о целостности личности. Он способен в любых ситуациях придерживаться своих принципов, не отклоняться от собственных взглядов [105, с. 232–233].

Р. В. Лебедева также выделяет смешанный тип субъектности, которая имеет одинаково выраженную направленность субъекта на внешний мира и самого себя. В ситуациях морального выбора индивиды могут с равной частой демонстрировать как импульсивность, так и осмысленность в принятии решения. Они переживают последствия принятых решений, поскольку осознают свою ответственность за исход ситуации [114, С. 26–32].

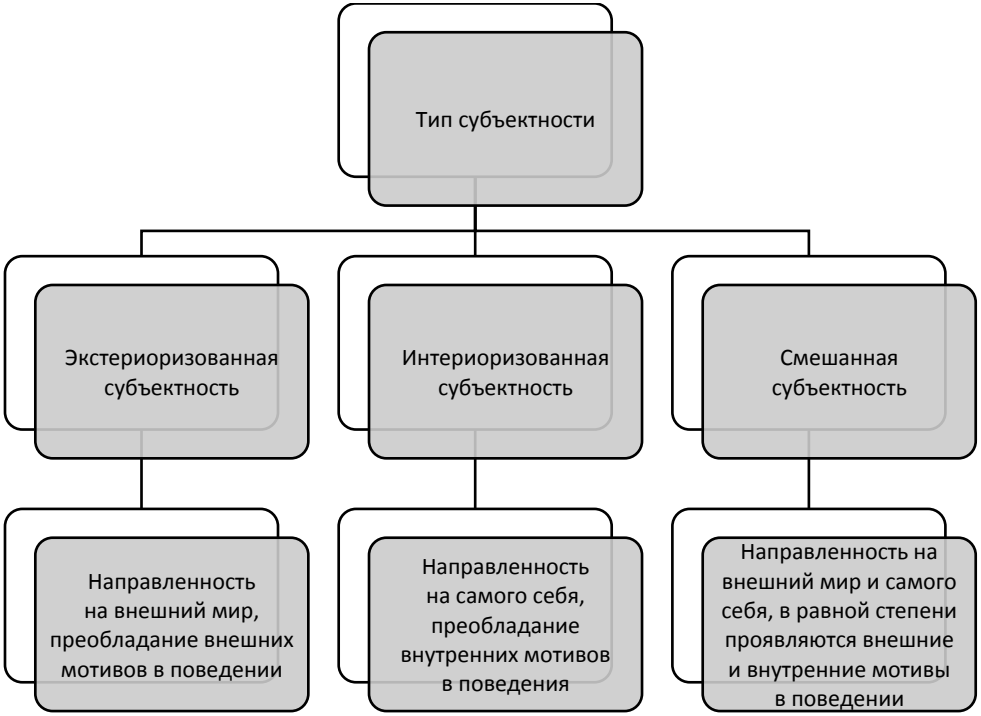


Рисунок 4 – Классификация типов субъектности по субъект-объектной направленности

Д. С. Турко выделяет несколько стадий проявления субъектности по степени развития самости. Под самостью исследователь понимает свойство, теряя которое, вещь перестаёт существовать. На первой стадии формируется фундаментальный и необходимый уровень самости, на который надстраиваются все прочие. Это стадия минимальных опытных субъектов, которые обладают феноменальной самостью. На этой стадии субъект раскрывается через собственный опыт. Однако опытная способность является необходимым, но недостаточным условием для субъектности. Сама феноменальная самость субъекта проявляется в виде ментальных содержаний, состояний и процессов, при этом у субъекта отсутствует способность формировать на основе приобретенного опыта представления о себе.

На второй стадии развития находятся субъекты, у которых слабо развита рефлексия от первого лица. Они обладают ментальным фокусом, ощущают себя центром своего феноменального мира, своей психической жизни. Субъекты на этой стадии развития осознают, что переживаемые физические и ментальные состояния принадлежат им. Д. М. Турко для объяснения этой стадии приводит следующий пример: субъект может ошибаться относительно того, что часть тела, по которой попадает камень, является его частью тела, но он не может заблуждаться, что боль, которую он чувствует – его боль.

Третья стадия – это стадия самосознающих субъектов или субъектов с «сильной» перспективой от первого лица. Они способны мыслить себя и имеют элементарные представления о себе. Субъекты на этой стадии могут устанавливать тождества «Я как субъекта» с «Я как объектом», т. е. могут мыслить себя как субъект и объект одновременно. Так Г. Геллап рассматривает акт узнавания себя в зер-

кале как акт самосознания, поскольку животное отождествляет изображение (Я-объект) с самим собой (Я-субъектом). На этой стадии развития находятся люди и шимпанзе (или другие животные, проходящие маркировочный тест Г. Геллапа).

Четвертая стадия характерна для биографических или нарративных субъектов. Они способны устанавливать нумерическое тождество между различными частями своей личности во времени. Субъекты на этой стадии развития имеют воспоминания о себе, способны формулировать высказывания, отражающие автобиографические события, объединять знания о себе в связные каузальные последовательности – биографические нарративы [186, с. 158–160].

Л. В. Алексеева предлагает свою классификацию типов субъектности в зависимости от применяемого вида активности. Она выделяет витальную, индивидную, общественно-социальную и индивидуально-социальную субъектность.

Витальная субъектность проявляется как непосредственная активность. Она обусловлена соматическими состояниями организма, которые могут быть как комфортными, так и дискомфортными. Данный тип субъектности наследуется человеком, на ее основе развиваются другие типы субъектности.

Индивидная субъектность проявляется как опосредованная активность субъекта, который ориентирован на взаимодействие с внешней действительностью. Мир для человека с индивидуальной субъектностью выступает как объектная реальность, в которой можно перемещаться, проявлять манипулятивные действия с ее объектами. Непосредственная и опосредованная активности имеют отношение к доличностной субъектности [3, с. 218].

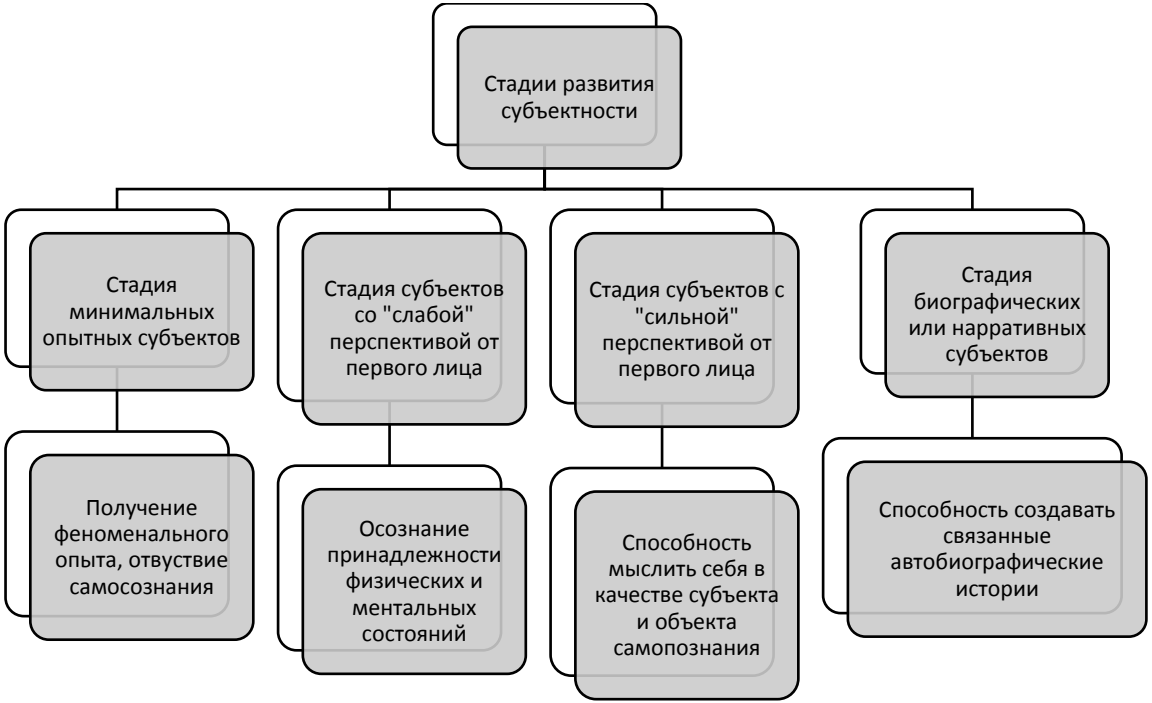


Рисунок 5 – Классификация стадий развития субъектности по степени сформированности самости (Д. М. Турко)

Общественно-социальная субъектность характерна для индивида, включенного в общественную жизнь. Она ориентирована на целесообразную активность, имеющую общественное значение. При этом типе субъектности человек стремится анализировать, планировать, программировать, экстраполировать, контролировать свои действия, опираясь на конкретный культурный контекст, связанный с нормами, ценностями, традициями определенных сообществ (страны, семьи, референтной группы и пр.) [3, с. 218].

Индивидуально-социальная субъектность представляет собой тип субъектности, ориентированный на личностные смыслы при взаимодействии с миром [3, с. 218]. Человек с индивидуально-социальной субъектностью развивается не только благодаря общественным условиям, но и вопреки им. Не совпадение общественных и личностных смыслов служит стимулом для самопознания, осознания собственной автономности и уникальности. Человек рассматривает себя в качестве автора жизни, осознает свою ответственность за принятые решения и полученные результаты. Ответственность может быть проявлена в максимальной и минимальной степени. Максимальную ответственность человек испытывает перед будущим всего мира, минимальная охватывает лишь фрагмент его Я.

Данные типы субъектности иерархически организованы, поскольку каждый предыдущий тип служит основой для становления и проявления последующего. Однако каждый тип субъектности может существовать относительно автономно и выполнять системообразующую роль, в зависимости от уровня развития человека, от проявления активности в конкретных жизненных ситуациях [3, с. 218].

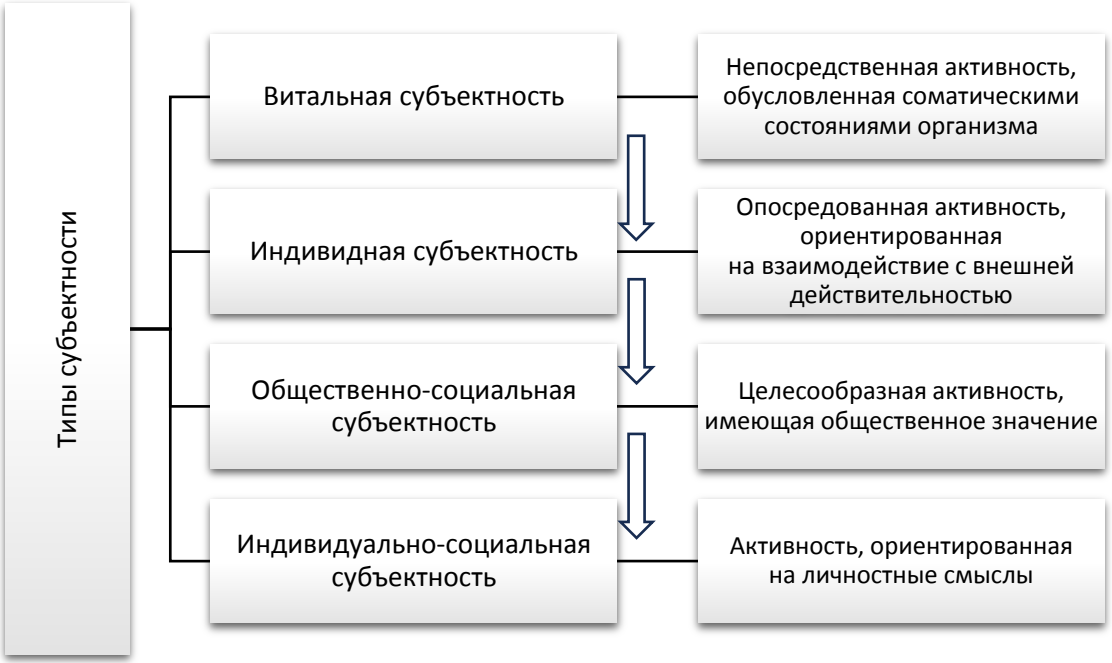


Рисунок 6 – Классификация типов субъектности в зависимости от вида активности субъекта (Л. В. Алексеева)

На основе концепции Л. В. Алексеевой была составлена шкальная структура опросника «Уровень развития субъектности личности» М. А. Щукиной [207]. Низший уровень присущ людям с пассивной жизненной позицией. Их развитие является случайным результатом их жизнедеятельности. Средний уровень характерен для людей, проявляющих сознательную активную адаптивность. Они не инициируют жизненные события, но при определённых обстоятельствах способны сделать жизненный выбор из предлагаемых альтернатив. Высший уровень субъектности свойственен людям, направленным на саморазвитие. Они умеют как приспосабливаться к ситуации, так и преобразовывать условия жизни [119, с. 73].

Многие психологи и педагоги отмечают, что развитие субъектности происходит по мере формирование личности субъекта. В генетическом подходе становления субъектности делается акцент на возрастном развитии субъекта. В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев выделяют пять стадий становления субъектности от рождения до старости. Первая стадия – ступень оживления – начинается с рождения, продолжается до года. На этой стадии происходит становление телесности человека, формируется адресное поведение субъекта. Вторая стадия охватывает возраст от года до 5,5 лет. Субъект на этой стадии обретает субъектности через активные действия. У него формируется самосознание. Он начинает осознавать себя в качестве самостоятельной личностью и проявлять собственную волю. Ребенок приобретает способность самостоятельно регулировать свое поведение. Третья стадия – персонализация или формирование идентичности. Затрагивает возраст от 5,5 до 17 лет.

На этой стадии субъект определяет свои интересы, ценности и цели, стремится найти свое место в обществе. Четвертая стадия индивидуация наступает, когда субъект входит во взрослую жизнь (в 17 лет) и завершается по достижению 42 лет. Индивидуализация связана с формированием личной идентичности, поиском своего пути в жизни. На этой стадии субъект чувствует себя субъектом собственной жизнедеятельности и осознает авторство своего бытия. Следующая стадия – ступень универсализации, она охватывает период после 42 лет. На этой стадии происходит поиск новых ценностных оснований жизни, служащих духовной опорой для личности. Личность интегрирована в общество, конструктивно выстраивает взаимодействия с окружающим миром на основе экзистенциальных ценностей [169, с. 249].

Представляет интерес классификация типов субъектности Ю. В. Ковалевой. Она выделяет четыре типа субъектности в зависимости от поведения субъекта в интернет-пространстве: пассивный тип, связанный тип, тип активной саморефлексии и тип активного самовоспроизводства.

Пассивные и связанные типы характеризуются необходимостью прилагать большие усилия по самовоспроизводству, созданию своего виртуального образа в социальных сетях. Пользователи с пассивным типом субъектности не стремятся к выражению собственного мнения, не склонны поддерживать других, без надобности не проявляют социальную активность. Люди пассивного типа субъектности составляют целевую аудиторию, заинтересованную в потреблении информации.

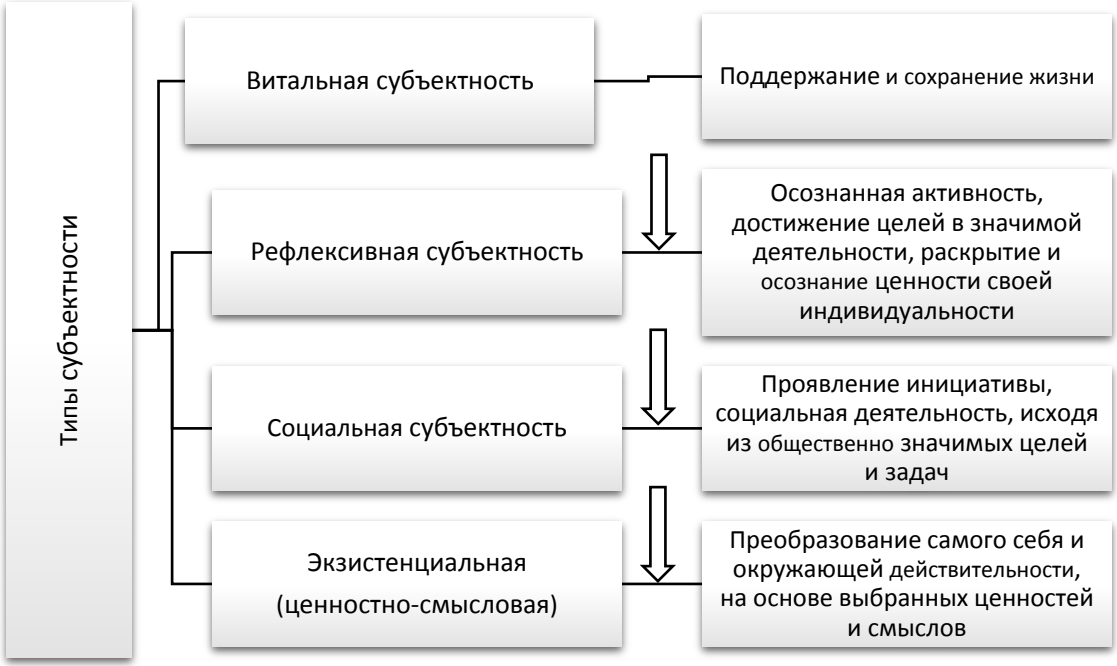


Рисунок 7 – Классификация типов субъектности на основе выделенных подходов

Пользователи связанного типа могут иметь зависимость от сетевого общения. Им присуща коллективная субъектность в сети, поскольку они склонны проявлять совместную активность с другими пользователями. Они создают кооперации и взаимодополняют друг друга в сети, однако их активность не выходит за пределы виртуального пространства.

Пользователи типа активной саморефлексии составляют ядро в социальном сообществе. Они имеют активную жизненную позицию, стремятся ее донести с помощью высказываний, которые построены с опорой на общие (коллективные) ценности.

Пользователи типа активного самовоспроизводства имеют большую потребность высказаться и быть услышанным в социальной сети. Их активность актуализируется в период информационного затишья. Самопрезентация для пользователей такого типа становится инструментом для самовыражения, построения отношений и продвижения личных целей [101, с. 51–52].

С опорой на рассмотренные выше подходы к определению субъектности и представленные типологии нами была разработана собственная классификация типов субъектности.

Витальная субъектность была выделена на основе концепции Л. В. Алексеевой. Витальная субъектность – это свойство живого организма быть субъектом биологической активности. Биологическая активность проявляется в способности к различным видам деятельности, которые служат поддержанию и сохранению собственной жизни. Витальная субъектность присутствует как у человека, так

и у некоторых животных. Она способствует поддержанию жизненно значимых связей с окружающим миром, проявляется в виде интенционального акта, направленности сознания на конкретный объект, в котором субъект заинтересован. Данный тип субъектности может быть выражен в непосредственной активности, которая проявляется до возникновения потребностей организма для последующего взаимодействия с объектами окружающей действительности на следующем уровне развития субъектности.

По сравнению с витальной субъектностью, рефлексивная субъектность отражает более высокий уровень развития субъекта. Однако рефлексивная субъектность формируется на основе витальной субъектности.

Рефлексивная субъектность — это тип субъектности, который проявляется в виде способности субъекта к осознанной активности. Она выходит за пределы удовлетворения базовых потребностей и направлена на достижение целей в значимой деятельности. Рефлексивная субъектность опирается на способность принимать решения, целеполагание, анализ и контроль собственных мотивов, действий, мыслей и чувств, прогнозирование результатов деятельности как необходимого условия регуляции поведения индивида. Субъект, находящийся на данном уровне развития, управляет своим поведением, выстраивает избирательные отношения с миром, что благоприятно сказывается на самопознании и самоопределении. Животные могут в некоторой степени проявлять рефлексивную субъектность, поскольку они способны к саморегуляции, целенаправленным действиям и прогнозированию их конечного результата. Однако можно подвергнуть сомне-

нию наличие у животных саморефлексии – умения осознавать свои чувства, мысли, переживания, понимать свои внутренние состояния.

Осознанная активность на уровне рефлексивной субъектности позволяет индивиду изменять окружающую действительность в соответствии с собственными потребностями, взглядами, целями. На этом уровне осуществляется преадаптация, переход от прошлых «схематизмов» мышления и поведения к поиску новых стратегий взаимодействия с реальностью, которые, возможно, будут иметь приспособительную ценность в будущем. Рефлексивная субъектность позволяет наращивать знания, умения и навыки и расширять границы индивидуального опыта. Главной задачей человека с данным типом субъектности является раскрытие сторон своей личности, осознание ценности своей индивидуальности. Данный тип субъектности можно соотнести с разъединённой субъектностью Х. Р. Маркуса и С. Китаяма. На первое место выносится личностная автономия, локализованная в самом индивиде. Субъект отдает предпочтение смыслам и жизненным практикам, направленным на раскрытие его личности [239].

Социальная субъектность – это тип субъектности, отражающий включенность индивида в общественную жизнь. Социальная субъектность опирается на способность личности проявлять инициативу и свободно действовать в обществе, исходя из поставленных целей, осознавать собственную ответственность за осуществляемую деятельность. Она отражает активную роль индивидов в социальных процессах и их влияние на формирование общественных отношений. Субъект на этом уровне разви-

тия стремится выстраивать социальные взаимодействия, опираясь на культурный опыт значимых для него сообществ. В своем поведении он демонстрирует принятие общественных ценностей, существующего порядка, следование образцу, обладающему наибольшей силой в рамках определенного сообщества. Такой тип субъектности можно назвать «соединённая субъектность» (англ. *conjoint agency*), при которой на первое место ставится взаимосвязь субъектов. Становление субъектности основывается на усвоении определённых культурных моделей [239]. В контексте философии Н. А. Бердяева социальную субъектность можно описать как распространенный тип личности, с социализированным сознанием, чувствующий себя как дома в социальной обыденности [23, с. 156]. Однако в поведении такой личности может присутствовать подражательность.

Экзистенциальная субъектность – это тип субъектности, проявляющийся в деятельном преобразовании самого себя и окружающей действительности. Она предполагает высокую степень развития рефлексии и самодетерминации собственной активности, ответственности за исход своих действий, принятия себя и другого человека [60, с. 141].

Данный тип субъектности формируется на основе накопленного социального опыта взаимодействия с другими людьми. Экзистенциальная субъектность проявляется в способности индивида к созидательной деятельности, в выстраивании на творческой основе собственной индивидуальности [111, с. 51–53]. Она может выражаться в стремлении совершенствовать себя, проявлять свободную волю в каждом своем решении, определять свой жиз-

ненный путь и свое призвание. Индивид, обладающей экзистенциальной субъектностью, умеет расширять свои границы и ориентироваться на перспективы, не отрицая ценность пребывания в настоящем времени. Он самостоятельно находит смыслы в конкретном виде деятельности и во всей своей жизни в целом. Прежде всего экзистенциальная субъектность характеризуется смысловой наполненностью жизни. По мнению В. Э. Франкла, поиск и осуществление смысла является неотъемлемой чертой человеческой природы. Чем больше человек ориентирован на нечто, что не является им самим, на что-то большее, чем он сам, тем в большей степени он является человеком в собственном смысле этого слова [191, с. 284]. Смысл раскрывается тогда, когда человек имеет контакт с жизнью, согласно которому «человек душой и телом посвящает себя тому, что является для него важным» [122, с. 109]. Можно сказать, что человек осмысленно живет тогда, когда он «со своими задатками и способностями, чувствами и желаниями включается в реальную жизненную ситуацию, творчески относится к ней, обогащая себя и окружающий мир, принимая и отдавая» [122, с. 109]. Благодаря смыслу отдельные фрагменты жизни могут быть объединены общей смысловой взаимосвязью, возникает новое отношение к ситуации, делу и человеку.

Экзистенциальная субъектность осуществляется через самотрансцендирование – выход за пределы наличного существования и своей самости в наполненный духовно-значимыми смыслами мир. На этом уровне субъект имеет богатый рефлексивный и ценностно-мотивационный опыт, он выстраивает жизненную стратегию, ис-

ходя из лично значимых целей, ценностей, смыслов и сформированных представлений о мире.

Самотрансценденция имеет прямое отношение к поиску возвышенного, выходящего за пределы индивидуального существования. Она может проявляться как интуитивное понимание возвышенных аспектов человечества, таких как нравственность, свобода и ответственность, искусство и культура [80, с. 122].

Экзистенциальная субъектность опирается на опыт сотрудничества, понимание и принятие уникальности других людей. Она предполагает ориентацию на окружающих, устремленность субъекта к достижению духовного единства с другими людьми посредством преодоления личных рамок, вхождение в состояние трансперсональности, в котором приоритетными являются общечеловеческие ценности, универсальные духовные смыслы.

Если рефлексивная и социальная субъектность ограничивается самоактуализацией личности, то экзистенциальная субъектность подразумевает направленность на себя и на других. Главной задачей субъекта является не только постижение собственных возможностей и их использование в объективной реальности, но и благополучие окружающих.

Таким образом, экзистенциальная субъектность опирается на нравственность, проявляется в альтруистическом желании принести благо другим людям, достигать единения с самим собой и другими людьми. С другой стороны, экзистенциальная субъектность, основанная на процессе самотрансценденции, сама может стимулировать процесс самоактуализации и саморазвития [80, с. 123].

Проявление разных типов субъектности позволяет достигнуть экзистенциальной исполненности (удовлетворенности жизнью) и субъективного благополучия. Экзистенциальная исполненность определяется соответствием решений и действий человека его внутренней сущности, отсутствием разрыва между тем, как живет человек, и тем, как он полагает, ему следует жить [148, с. 187]. В контексте концепции А. Лэнгле можно сказать, что витальная субъектность направлена на выживание и принятие фактических условий существования. Задача рефлексивной субъектности – осуществление самопознания, которое позволяет достичь эмоциональной полноты путем проживания своих эмоций и чувств через осознание собствепнных потребностей, желаний и своего стремления к их реализации. А. Лэнгле отмечает, что чувства позволяют переживать «движения жизни»; опираясь на них, человек осознает ценность того, что имеет место быть в его жизни [122, с. 41-48]. Рефлексивная субъектность появляется, когда человек осознает свое право быть собой, понимает ценности своей личности [123, с. 44], уважительно относится к себе, живет в согласии с собой и со своими чувствами.

Социальная субъектность позволяет выстраивать устойчивые отношения с другими людьми. А. Лэнгле отмечает, что для достижения состояния исполненности экзистенции человеку необходимо решиться вступить в отношения, основанные на доверии и духовной близости. Данные установки позволят человеку открыться глубине собственных чувств, эмоционально проживать события жизни и осознавать их ценность для личного опыта [124, с. 54].

Экзистенциальная субъектность направлена на обретение экзистенциального смысла. Она достигается в результате включенности человека в разнообразную деятельность, которая приводит его к более целостному виденью мира. Деятельность создает условия для осознанного определения ценностных ориентиров и смыслов, которые будут заложены в основу взаимодействия с реальностью [107, с. 54]. На этом уровне у человека наблюдается максимальное стремление расти и развиваться для будущего.

Выводы по первой главе

Исследования субъектности представителей цифрового поколения приобретают исключительную важность в условиях динамично развивающихся современных реалий. Масштабное внедрение информационно-коммуникационных технологий коренным образом меняет социальный ландшафт, значительно трансформируя модели социализации, идентификации и личностного самоопределения молодых людей. Молодое поколение оказывается погружено в насыщенное цифровыми коммуникациями пространство, порождающее новые уникальные способы поведения, системы ценностей и жизненные ориентиры. Современные тенденции усиливают свободу выбора и доступ к разнообразной информации, стимулируя появление особого типа субъектности, характеризующегося повышенным уровнем самостоятельности, мобильности и готовности к изменениям.

Несмотря на возрастающий интерес исследователей к изучению феномена субъектности, до сих пор отсутствует единое представление о его сущности и структуре. Такое положение определило необходимость проведения комплексного анализа существующих подходов к пониманию субъектности и выявления структурных компонентов данного феномена и разработки единой классификации видов субъектности.

Для глубокого понимания феномена субъектности в исследовании была детально раскрыта её структура. Под структурой субъектности подразумевается система компонентов, которые характеризуют личность как субъект, проявляющийся в осознанном и активном отношении к окружающей действительности и самому себе.

Основными компонентами структуры субъектности являются:

1. Осознанная активность – это компонент структуры субъектности, отвечающий за достижение целей в значимой деятельности;

2. Способность к рефлексии – это компонент структуры субъектности, отвечающий за осознание своего внутреннего состояния, всесторонний анализ собственных мыслей, чувств и поступков;

3. Свобода выбора и ответственность за него (автономность) – это способность самостоятельно принимать решения, соответствующие внутренним мотивам личности, и осознанно нести ответственность за их последствия;

4. Осознание и принятие собственной уникальности (самоценность) – это компонент структуры субъектности, заключающийся в восприятии себя как самостоятельной и

неповторимой личности, в понимании и принятии своих отличительных качеств и характеристик;

5. Понимание и принятие другого – это компонент субъектности, выражающийся в признании права окружающих быть такими же полноценными субъектами, имеющими собственную уникальную природу и опыт;

6. Саморазвитие – это компонент структуры субъектности отражающий процесс постоянного целенаправленного улучшения своих личностных качеств, способствующий личностному росту и профессиональному совершенствованию;

7. Целостность — это компонент структуры субъектности, выраженный в ощущении единства с внешним миром и другими людьми;

8. Опосредованность – это компонент субъектности, характеризующийся включением человеческой активности в культурно-исторический контекст, благодаря чему личность освобождается от непосредственного воздействия внутренних импульсов и способна действовать осознанно, ответственно и целесообразно, осуществляя социально значимую деятельность;

9. Креативность – это компонент структуры субъектности, выражающийся в способности личности к творческой, созидательной и новаторской деятельности, к направленному созданию оригинальных идей, продуктов и решений.

Рассмотрение этих компонентов способствует глубокому осмыслению сущности субъектности и обеспечивает основу для дальнейшего изучения возможностей развития субъектности в цифровую эпоху.

В ходе проведенного теоретико-методологического анализа научной литературы были выделены основные подходы к исследованию субъектности, позволяющие раскрыть многообразие трактовок данного феномена. Эволюционный подход рассматривает становление и развитие субъектности в контексте общей эволюции живой природы, начиная с животных и продолжая человеком. Субъектность воспринимается как ключевой фактор прокреативной преадаптации, поскольку именно она создаёт условия для постоянного увеличения разнообразия индивидуального и общественного опыта, раздвигая границы возможного и способствуя прогрессу всей человеческой цивилизации.

Гносеологический подход сосредотачивается на роли познающего субъекта в построении представлений о мире. Субъектность раскрывается как способность человека быть активным и автономным участником познавательной и практической деятельности.

В рамках феноменологического подхода субъектность определяется как свойство сознания, проявляющееся через интенциональный акт, направленный на внешние объекты. В данном акте участвуют не только мыслительные процессы, но и физиологическая составляющая человеческой природы. Итогом интенционального акта является создание образа действительности, который преобразует воспринимаемые феномены в понятную для сознания форму.

В экзистенциальном подходе понятие «субъектность» неразрывно связано с категориями творчества, подлинности и сохранения своей индивидуальности.

Здесь субъектность представляется как способность человека осознать себя причиной собственного существования, свободно принимать решения и брать на себя полную ответственность за них, осознавая себя автором собственной судьбы и реализуя собственный внутренний потенциал в ситуациях свободного выбора.

Системно-деятельностный подход связывает субъектность с вовлеченностью в общественные практики и социальные взаимодействия, видя субъекта активным участником совместной деятельности. В системно-деятельностном подходе субъектность определяется как системное качество личности, дающее ей возможность самостоятельно и творчески выстраивать собственную жизненную траекторию, преобразовать окружающее пространство и достигать намеченных целей. Эта способность обеспечивает человеку возможность принимать решения и совершать действия, направленные на реализацию своих замыслов и убеждений, одновременно совершенствоваться и развиваться в процессе обретения жизненного опыта. К основным характеристикам субъектности относятся высокая активность, нацеленность на смыслообразование, способность к самодетерминации, владение рефлексивными навыками и стремление к саморазвитию.

Наконец, аксиологический подход обращает внимание на систему ценностей и смыслов, руководящую действиями субъекта. Аксиологический подход рассматривает субъектность как выражение активности и самостоятельности личности в принятии решений и совершении действий, сопровождаемых чувством ответственности и оцениванием поступков с позиций морали. Высшая форма

субъектности, по данному подходу, воплощается в личностном смысле, который регулирует жизнедеятельность человека, формирует его мировоззрение, ценностные установки и жизненную позицию по отношению к миру, обществу и самому себе. Выявленные подходы позволяют представить сложное явление субъектности с разных сторон, заложив основу для последующего анализа и углубления исследований.

На основе проанализированных подходов была разработана оригинальная классификация типов субъектности, включающая витальную, рефлексивную, социальную и экзистенциальную субъектность. Витальная субъектность представляет собой свойство живого организма быть активным участником биологической жизни, формировать и поддерживать свою жизнедеятельность. Рефлексивная субъектность выражается в способности субъекта к осознанной и целенаправленной активности, превосходящей простое удовлетворение физиологических нужд и ориентированной на выполнение значимых задач и достижение целей в важной деятельности. Социальная субъектность проявляется в активной позиции личности внутри общества, в интеграции в социальные группы и в выполнении значимых социальных ролей. Наконец, экзистенциальная субъектность направлена на обретение глубочайшего смысла существования. Она реализуется путем активного участия человека в различных видах деятельности, содействующего формированию целостного мировосприятия. Через такую активность возникают условия для осознанного выбора ценностных ориентиров и смысловых приоритетов, служащих фундаментом взаи-

модействия с окружающим миром. Необходимо подчеркнуть, что экзистенциальная субъектность неизменно сопряжена с этическими принципами, которые определяют поведение и принимаемые решения.

Предложенная классификация предоставляет инструменты для комплексного анализа различных граней феномена субъектности и способствует лучшему пониманию его сущностных характеристик.

ГЛАВА 2. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЦИФРОВОГО ПОКОЛЕНИЯ

2.1. Особенности когнитивной сферы цифрового поколения

Цифровое поколение – это поколение людей, родившиеся и выросшие в условиях широкого распространения информационных технологий. Исследование психологических особенностей данного поколения представляется крайне актуальным и востребованным направлением научных исследований, поскольку молодые люди представляют собой основной ресурс, определяющий будущее страны во всех сферах жизнедеятельности. Молодежь выступает мощным двигателем прогресса, поскольку именно ей предстоит формировать культурное пространство, экономику, политику и социальную жизнь общества в ближайшие десятилетия.

К цифровому поколению можно отнести поколение *Y* («миллениалы»), *Z* («зумеры») и *Alpha* («альфы»). Поколение *Y* родились примерно между 1980 и 2000 годами. Это первое поколение, выросшее в эпоху интернета и цифровых технологий. Миллениалы начали пользоваться компьютером и интернетом подростками, многие получили доступ к технологиям в школьные годы. Поколение *Z* рождены между 2000–2012 годами. Для зумеров компью-

теры, смартфоны и интернет являются естественной частью жизни с детства. Они привыкли налаживать социальные связи и общаться в цифровой среде. Поколение Альфа родились после 2012 г. Данное поколение современные технологии сопровождают с первых годов жизни. Основное различие поколений заключается в уровне знакомства с цифровыми технологиями и способах взаимодействия с окружающим миром. Чем моложе поколение, тем быстрее оно адаптируется к новым устройствам и технологиям, воспринимая их как явление повседневной жизни.

Погруженность современных поколений в цифровую среду оказывает глубокое воздействие на формирование внутреннего мира молодых людей, их восприятие реальности и поведение. Изучение психологических особенностей цифрового поколения предполагает выявление уникальных черт и признаков, отличающих нынешнюю молодежь от предшествующих поколений. Эти особенности затрагивают когнитивную, коммуникативную, эмоциональную-волевую, поведенческую сферы личности, оказывая непосредственное влияние на повседневную жизнь молодежи.

Цель данной главы состоит в выявлении и анализе специфических психологических характеристик цифрового поколения, в рассмотрении их влияния на личностное развитие, межличностные отношения и профессиональные перспективы молодежи. Исследование особенностей цифрового поколения позволит сделать выводы о степени сформированности их субъектности, определить риски и возможности развития, предложить реко-

мендации для педагогов, психологов и специалистов, работающих с молодыми людьми.

Под когнитивной сферой личности понимается совокупность психических процессов, связанных с познанием мира и самого себя. В неё входят восприятие, внимание, память, мышление и речь.

Большое воздействие цифровые технологии оказывают на процесс восприятия. Человек, живущий в условиях информационного общества, вынужден быстро обрабатывать большие объемы поступающей информации. Чтобы справиться с огромным потоком новостей, статей, сообщений, мозгу приходится искать эффективные способы быстрого отбора информации, ее анализа и запоминания. Зрительная обработка информации осуществляется значительно быстрее, чем вербальный анализ текста, поэтому для ускорения этого процесса предпочтение отдается визуальному контенту. Многие исследователи отмечают, что представители цифрового поколения лучше воспринимают наглядную информацию. Картинки, схемы, графики, иллюстрации, видео помогают сделать материал более доступным для понимания и легкого запоминания. Использование визуального контента существенно повышает скорость восприятия информации, позволяя быстро схватывать главные идеи и смыслы представленных материалов. Е. П. Грибова отмечает, что визуальный формат подачи данных помогает лучше ориентироваться в информационном пространстве, быстрее переключать свое внимание на интересующие контенты и удерживать необходимые сведения в оперативной памяти при работе с несколькими ресурсами од-

новременно. Все это значительно повышает когнитивные нагрузки, поскольку требует высокой концентрации внимания [61, с. 444].

Однако визуальные образы редко передают всю полноту исходных сведений, предоставляя лишь обобщенные представления в упрощенном виде. Подобная фрагментарность и схематичность снижают глубину понимания, затрудняют формирование целостного взгляда на рассматриваемую проблематику. Таким образом, хотя визуализация эффективно сокращает временные затраты на ознакомление с материалом, она также неизбежно уменьшает уровень детализации и сложность представленной информации, приводя к поверхностному восприятию сути изучаемого вопроса.

Преобладание визуального контента обусловлено не только большим объемом информации и психологическими особенностями человеческого восприятия, но и сформировавшимися культурными тенденциями. В настоящее время в культуре доминируют визуальный контент, что связано с массированной визуальной стимуляцией, получаемой через современные технические средства [166, с. 136]. Это приводит к формированию у современных людей привычки воспринимать информацию через экранные изображения, фото и видео. Наблюдается снижение интереса молодежи к чтению текста. В интернет-пространстве он применяется чаще всего в качестве дополнения к визуальному ряду. Длинные тексты обычно пролистываются пользователями, поскольку они не воспринимаются или вызывают негативное отношение. Молодежь осуществляет поиск необходимой информации не

с помощью прочтения длинного текста, а посредством применения поисковых запросов на основе картинок, ключевых слов, навигации по гиперссылкам [249].

Молодежь активно использует нейросети для эффективного поиска и фильтрации необходимой информации. В образовательной среде можно обнаружить устойчивые тенденции активного внедрения инструментов на основе нейросетей, используемых для подготовки письменных работ различного формата (эссе, рефератов, курсовых работ). Нейросетевые алгоритмы применяются молодежью даже для художественного анализа литературных произведений и философских текстов. В современной культуре поощряется быстрое достижение цели любыми доступными средствами, включая технологии искусственного интеллекта, поэтому применение нейросетей в учебных целях воспринимается как норма. При этом наблюдается переоценка молодежью своей роли в создании конечного результата, нередко результат работы искусственного интеллекта воспринимается как собственное авторство.

Широкая интеграция информационных технологий стала причиной кардинальных изменений в функционировании внимания современного человека. Д. Ротман считает, что распространенной проблемой является нарушение концентрации и устойчивости внимания молодежи [249]. Повседневная жизнь представителей цифрового поколения проходит под постоянным воздействием сильной сенсорной стимуляции, создаваемой цифровыми технологиями, что создает потребность постоянно реагировать на внешние сигналы. Человек, испытывая

воздействия больших потоков разнородной информации, не может длительное время сосредотачиваться на одном занятии. Он постоянно переключается с одной деятельности на другую, что создает дополнительную нагрузку на центральную нервную систему, вызывая состояние «цифрового переутомления», которое может привести к хроническому стрессу, снижению работоспособности и нарушению когнитивных функций (внимания, памяти, мышления) [171, с. 35].

Практика одновременного выполнения нескольких задач (например, просмотр фильма и переписывание в соцсетях) приводит к привычке разделять свое внимание между разными занятиями. Это не только рассеивает внимание человека, но и препятствует полноценному освоению каждого отдельного вида деятельности и приводит к поверхностному пониманию содержания и смысла выполняемой работы. Частое переключение между деятельностью и отдыхом, отсутствие чётких границ между учебным (рабочим) временем и досугом делают невозможным полное погружение в осуществляемый процесс.

Быстрый темп смены поступаемых сигналов от современных гаджетов не только снижает эффективность когнитивных процессов, ухудшает концентрацию внимание и способность мозга качественно обрабатывать информацию, но и формирует привычку избегать монотонной, последовательной деятельности. Это отражается на учебе и работе, мешая формировать навыки глубокой концентрации внимания и осуществления целенаправленной деятельности.

Способность индивида переключать свое внимание и выполнять сразу несколько задач одновременно получила название многозадачности. Однако, под многозадачностью нередко понимают выполнение задания в обстановке с множеством отвлекающих факторов («режим многозадачности») [144, с. 202]. Считается, что данный феномен характеризует цифровое поколение. Молодые люди способны одновременно заниматься несколькими делами: смотреть фильм, переписываться в мессенджерах, искать информацию в интернете. Однако Н. В. Богачева, Е. В. Сивак отмечают, что данный феномен характеризует не только цифровое поколение, но и представителей всех возрастных групп, активно включенных в современную информационную среду и использующих инновационные цифровые технологии в повседневной жизни и профессиональной деятельности. Этот эффект обусловлен необходимостью быстрого реагирования на множественные информационные потоки, постоянной адаптации к новым интерфейсам и алгоритмам взаимодействия с технологиями, а также возросшими требованиями к гибкости и скорости принятия решений в условиях динамично меняющегося информационного поля. Таким образом, явление многозадачности становится универсальным атрибутом современного общества, независимо от демографического профиля индивидов [25, с. 16].

Б. С. В. Ральф склоняется к мысли, что многозадачность снижает продуктивность деятельности, замедляет процессы обработки информации и увеличивает вероятность ошибок, поскольку снижается активность корковых отделов головного мозга, отвечающих за контроль внима-

ния, что приводит к рассеянности [247, с. 668]. Как отмечает в своей статье Н. Барон «Люди, в которых мы превращаемся: цена постоянного нахождения на связи», человек не может концентрироваться на двух действиях одновременно и выполнять их с одинаковой эффективностью: «…нейронная сеть лобных долей мозга служит основным “узким местом” для обработки информации, резко ограничивая нашу способность к многозадачности» [14, с. 29].

Частое отвлечение на разные дела ослабляет способность удерживать фокусировку на одной задаче длительное время. Цифровое поколение, постоянно использующее многозадачный подход, демонстрируют плохие показатели внимательности и самоконтроля. Регулярная практика многозадачности снижает качество труда и учебы.

Другие ученые отмечают, что многозадачность приводит к структурной и функциональной перестройке в головном мозге, в результате которой улучшается концентрация внимания [237, с. 510]. Опираясь на результаты своего исследования, М. Р. Анкафер приходит к мысли, что у многозадачных людей объем внимания больше, чем у людей, привыкших решать задачи последовательно. Однако им значительно труднее отбирать из поступающей информации релевантную, поскольку человек оказывается перегруженным, что снижает эффективность отбора необходимой содержания и увеличивает вероятность ошибок [256, с. 489].

Многозадачность может неблагоприятно сказываться на продуктивности мышления и памяти. Переключение между задачами нарушает последовательность мыслительных операций. Соблюдение последовательности важ-

но для формирования логически обоснованных выводов и принятия взвешенных решений. Если эта последовательность нарушается, возможны ошибки в рассуждениях, неверные выводы и необдуманные решения. Процесс познания также требует определенной структурированности и систематичности. Без соблюдения правильной последовательности мыслей усвоение новой информации становится затруднительным, что негативно сказывается на процессе обучения. По данным ряда исследований, многозадачные режимы повышают вероятность ошибок и ухудшают способность решать проблемы творчески и глубоко анализировать ситуацию.

Современные исследователи М. Демирбелик, Т. Талан выделяют в качестве подвида многозадачности – социальную многозадачность, суть которой заключается в переключении внимания с учебы или работы на просмотр социальных сетей. В результате этого переключения образовательные и профессиональные задачи выполняются некачественно или остаются нерешенными [225, с. 121].

В исследовании М. Р. Ункафера, М. К. Тхиеу, А. Д. Вагнера выявляется, что одновременное выполнение нескольких задач приводит к большой нагрузке на кратковременную память, особенно рабочую память, ответственную за хранение и обработку актуальной информации. Многочисленные эксперименты показывают, что частое переключение внимания снижает точность воспроизведения информации и ухудшает механизмы кодирования воспоминаний. Это проявляется в забывании важных деталей и сложностях с извлечением информации из памяти. Интенсивное использование многозадачности

может привести к ухудшению запоминания не только на уровне оперативной памяти, но и на уровне долговременной памяти [256, с. 487].

Постоянное разделение внимания на множестве объектов меняет механизм восприятия окружающей действительности. Люди становятся более восприимчивыми к внешним раздражителям и теряют способность полноценно погружаться в изучение интересующего объекта или в определенную деятельность. Нарушается вовлеченность субъекта в происходящее, теряется ощущение проживания настоящего момента.

Режим многозадачности может быть причиной возникновения проблем, связанных с психоэмоциональным состоянием. Частые попытки заниматься несколькими делами одновременно приводят к повышенной тревожности и снижению удовлетворенности жизнью. Маркус Райхл выдвигает идею, что многозадачность может приводить к снижению активности тех участков мозга, которые отвечают за социальную интеграцию и саморегуляцию. Он предлагает идею дефолтной системы мозга (ДСМ), представляющей собой сеть областей мозга, активных в периоды отдыха и покоя, когда внешняя сенсорная информация минимальна. Согласно концепции, работа ДСМ блокируется, когда мозг включен в активную обработку внешних раздражителей, и наоборот, усиливается при прекращении активной интеллектуальной деятельности [246]. Одним из основных компонентов функционирования ДСМ является формирование социального сознания, поскольку в моменты отсутствия сосредоточенности на конкретных задачах мозг склонен переходить

к рефлексии над межличностными отношениями, воспоминаниями и будущими ожиданиями. Деятельность ДСМ тесно связана с самооценкой, оценкой прошлого опыта, будущих планов и взаимодействием с окружающими. При отвлечении на постороннюю информацию эти важные социальные и личные размышления оказываются прерванными. Период отдыха и спокойствие необходимы мозгу для построения перспективных планов и оценки собственного жизненного пути. Нарушенный баланс между внешним воздействием и внутренним покоем мешает формированию адекватных стратегий достижения целей [238, с. 956].

Отсюда вытекает важное следствие относительно феномена многозадачности. Автор делает вывод, что постоянная необходимость перерабатывать внешние стимулы и выполнять различные задачи препятствует нормальной работе ДСМ. Поскольку ДСМ играет ключевую роль в формировании глубоких социальных и личностных переживаний, при постоянных отвлечениях и перенаправлении внимания на социальные медиа и прочие электронные устройства нарушаются важнейшие физиологические механизмы поддержания внутреннего равновесия и саморегуляции [76, с. 310-311].

Некоторые ученые считают, что многозадачность способна стимулировать развитие нейропластичности мозга. Нейрофизиолог Е. Конорский под нейропластичностью понимает способность нервной системы адаптироваться и изменять свою структуру и функции в ответ на внешние воздействия, опыт, обучение [173, с. 31]. Нейропластичность играет ключевую роль в развитии и

поддержании нормального функционирования мозга, позволяя человеку учиться новому и приспосабливаться к изменениям. Она способствует формированию адаптационных механизмов, помогающих справляться с большими информационными потоками, поэтому многозадачность так высоко ценится в профессиональных сферах и становится одним из критериев успешности современного человека [58, с. 45]. Сегодня человек вынужден воспринимать, реагировать и обрабатывать огромный массив информационных стимулов, в ускоренном режиме переключаясь с одного сигнала на другой. В информационном обществе многозадачность становится наиболее простой формой адаптацией человека к интенсивному развитию цифровых технологий [58, с. 45].

Е. В. Поликарпова рассматривает два вариант влияния режима многозадачности на развитие человека. Зрелая личность, с сформированной мотивационной сферой, обладающая стрессоустойчивостью и навыками самоконтроля, в условиях решения множества задач может сформировать привычку работать в такой обстановке, не отвлекаясь на посторонние факторы. В случае инфантильной личности режим многозадачности приводит к негативным последствиям – ухудшает концентрацию внимания, снижает эффективность запоминания, глубину аналитического мышления и эффективность осуществляемой работы [144, с. 202].

Постоянное взаимодействие цифрового поколения с информационными технологиями оказывает влияние на память. Человек, погруженный в постоянно обновляющийся информационный поток, вынужден повышать

скорость поиска информации и ее обработки, на долговременное закрепление полученной информации в памяти практически не остается времени. Доступность ресурсов сети Интернет снижает необходимость запоминания содержания материала, акцент смещаясь на кратковременное удержание в памяти сведений о местоположении необходимых материалов. Молодежь по памяти воспроизводит «информационные маршруты», при этом содержательная часть контента обычно забывается после завершения взаимодействия с сетью. Этот процесс представляет собой адаптивную стратегию мозга, направленную на предотвращение когнитивной перегрузки [18, с. 26].

Подобная стратегия имеет свою рациональную основу, молодежь считает нецелесообразным надолго запоминать информацию, поскольку она постоянно пересматривается, уточняется, устаревает, теряет свою актуальность. Цифровая молодежь предпочитает получать необходимые знания из интернет-источников непосредственно перед использованием, фокусируясь на решении конкретных текущих задач. Она делегирует ответственность за обработку, хранение и извлечение информации внешним агентам или инструментам, таким как технологии, программы, базы данных или специализированные службы. По сути, это означает перенос процессов сбора, сохранения и управления информацией за пределы собственного сознания, отдавая предпочтение технологиям и сервисам, предоставляющим быстрый и удобный доступ к данным. Такую передачу обязанностей по запоминанию внешним агентам можно назвать когнитивной разгрузкой. В качестве примеров когнитивной разгрузки можно рас-

сматривать использование поисковых систем (*Google*, Яндекс); хранение заметок; расписание мероприятий и контактов в смартфоне или ноутбуке; обращение к приложениям для ведения финансов, планирования бюджета или учета времени; применение электронных библиотек и архивов документов для хранения и быстрого поиска файлов. Благодаря когнитивной разгрузке, мозг высвобождает ресурсы для других видов интеллектуальной активности. Перенос частей информации на внешние носители уменьшает нагрузку на кратковременную память, позволяя человеку сосредотачиваться на основных задачах и деталях текущего момента. Временное освобождение памяти от второстепенных деталей может улучшать концентрацию внимания и ускорить процессы принятия решений.

Некоторые исследования указывают на то, что частое использование внешних инструментов для хранения информации цифровым поколением приводит к уменьшению объема долговременной памяти, снижению общей эрудиции, которая необходима для того, чтобы свободно оперировать знаниями и применять их в различных жизненных ситуациях [156, с. 25]. В исследовании Н. П. Дутко проводится сопоставление представителей поколения *Y* и *Z* по объему кратковременной и долговременной памяти. Объем кратковременной памяти у молодежи двух культурологических периодов находится на одном уровне. Представители поколения *Z* имеют более низкие показатели объема долговременной памяти, чем люди предыдущего периода [72, с. 111].

Из-за делегирования запоминания внешним носителям у цифровой молодежи можно наблюдать преобла-

дание кратковременного запоминания над долгосрочным. Молодежь быстро воспринимает и запоминает небольшие порции информации, не уделяя достаточного внимания формированию глубоких структурных связей в долговременной памяти. Убежденность цифрового поколения в том, что в любое время можно найти нужную информацию в интернете, влияет на функционирование памяти. Низкий уровень мотивации запоминать информацию негативно сказывается на переходе информации из кратковременной памяти в долговременную. Из-за отсутствия заинтересованности новые идеи плохо интегрируются в общую систему представлений, оставаясь изолированными фрагментами, быстро исчезающими из памяти [72, с. 108].

Описывая особенности памяти цифрового поколения, И. В. Лысак, Д. П. Белов отмечают, что широкое распространение информационно-коммуникационных технологий снижает уровень произвольной словесно-логической памяти молодежи. Цифровая культура характеризуется коротким форматом сообщений, быстрой сменой контента и низким уровнем углубленного чтения. Такое взаимодействие с информацией препятствует развитию вербально-логического мышления, умения выстраивать логические цепочки, аргументировать позицию и анализировать информацию. Цифровое поколение часто сталкивается с готовыми выводами и шаблонными объяснениями, что ограничивает развитие аналитических способностей и вербальных навыков, необходимых для увеличения словесно-логической памяти. Авторы также отмечают, что возрастание влияния визуальной культуры

над сознанием современного человека приводит к интенсивному развитию образной памяти. Постоянное взаимодействие с визуальным контентом развивает чувствительность к деталям изображений, цветов, форм и композиций. Это расширяет возможности распознавания образов и ускоряет их процесс запоминания [121, с. 261].

Некоторые исследователи считают, что под воздействием интенсивного потока информации трансформируется человеческое мышление, оно становится клиповым. Первое описание клипового мышления обычно связывают с именем философа М. Маклюэна. В своей знаменитой книге «Понимание медиа: внешние расширения человека» он освещает проблему влияния технологий коммуникации на человеческое восприятие и сознание. Философ подчеркивает, что средства массовой информации меняют способы восприятия мира человеком и формируют новые формы сознания. По мнению М. Маклюэна, телевидение является типичным примером фрагментарности и поверхностности, способствует развитию именно мозаичного подхода к восприятию реальности [126]. Данный подход согласуется с современной концепцией клипового мышления, согласно которой информация воспринимается отдельными фрагментами, которые настолько быстро сменяют друг друга, что индивид оставляет их без глубокой обработки и осмысления.

Само название «клиповое мышление» произошло от английского слова *clip* – ролик, отрезок. Термин «клиповое мышление» начал активно использоваться в русскоязычной среде примерно в середине 1990-х годов, однако автора термина установить сложно [193, с. 28]. Термин описы-

вает способ современного восприятия, обусловленный влиянием масс-медиа и культуры коротких визуальных сообщений, таких как музыкальные клипы, рекламные ролики и новостные сюжеты, комиксы. Таким образом корни формирования формата представления информации через короткие и яркие фрагменты уходят в эпоху телевидения. Именно тогда сформировался принцип подачи материала с помощью ярких образов с быстрой сменой кадров. Этот подход позволял удерживать внимание зрителей даже при быстром ритме жизни и высокой конкуренции каналов за аудиторию. Однако важно отметить, что развитие интернета значительно распространило подобный стиль потребления информации среди пользователей по всему миру. Интернет сделал возможным мгновенный доступ к огромным объемам разнообразного контента, создавая условия для перехода к такому типу мышления. Появление социальных сетей, платформ видеохостинга и сервисов потокового вещания закрепило привычку воспринимать контент короткими фрагментами, предпочитая интерактивность и простоту восприятия глубокому изучению темы.

Т. Н. Горобец и В. В. Ковалёв под клиповым мышлением понимают уникальный способ восприятия, который стал доминирующим в эпоху высоких скоростей информации и цифровых технологий [57, с. 99]. Клиповое мышление носит адаптивный характер в отношении цифрового образа жизни. Его можно наблюдать у людей, чья повседневная жизнь протекает в условиях большого количества визуальной информации, непрерывного потока новостей, сетевой коммуникации, требующей быстрого

реагирования. С. В. Дейнеко убежден, что клиповое мышление является вынужденным явлением в эпоху информационных технологий, благодаря ему современный человек защищает свое сознание от информационной перегрузки [64, с. 51].

К. Г. Фрумкин выделил несколько факторов, которые поспособствовали появлению и развитию «клипового мышления» у современного человека: ускоренный темп жизни; установление режима многозадачности; увеличение объема потока разнородной информации и ее постоянное обновление; изменения в структуре общественных отношений и в характере информационного обмена, вызванного процессами демократизации и развитием коммуникационных технологий [193, с. 36].

Многие современные исследователи высказывают мысль, что именно представители цифрового поколения обладают клиповым мышлением. Так Е. Ю. Ромашина и И. И. Тетерина связывают клиповое мышление с особенностями мышления современной молодежи. Они определяют клиповое мышление как особенный индивидуальный когнитивный стиль, отличающийся набором признаков, связанных с особенностями познавательной деятельности индивида [150].

Клиповое мышление характеризуется быстрым восприятием и поверхностной обработкой небольших и наглядных фрагментов информации [193, с. 28]. Постоянное столкновение с большим количеством фрагментарной информации приводит к тому, что человек учится получать и обрабатывать небольшие порции данных, но теряет способность сосредоточиться на длительном анализе бо-

лее объемных источников информации. В отличие от традиционного линейного (словесно-логического) мышления, клиповое не ориентированно на глубокое последовательное изучение и систематизацию знаний [18, с. 26]. Современный человек получает информацию небольшими порциями без глубокого погружения в детали. Подобное дробное потребление информации позволяет на высокой скорости переключатся между частями информационного потока, но это снижает способность долго концентрироваться на одной идее (концепте) и затрудняет установление причинно-следственных связей между блоками информации [145, с. 138]. Все это в итоге приводит к утрате глубины понимания и препятствует формированию целостной картины мира [163].

Ряд исследователей считает, что клиповое мышление обладает рядом преимуществ. Благодаря ему человек способен быстро переключаться между разрозненными семантическими фрагментами и отбирать необходимую информацию [102, с. 59]. В критических ситуациях клиповое мышление позволяет мгновенно ориентироваться и интуитивно принимать решения, тогда как у людей с понятийным мышлением может запускаться сильное торможение [57, с. 95].

Л. И. Волошиненко, А. А. Метелева рассматривают в качестве положительных аспектов клипового сознания молодежи многозадачность, лабильность и гибкость мышления: сменяющие друг друга блоки информации требуют быстрого переключения внимания и формирования новых связей между ними. Многозадачность позволяет быстро переключаться между различными видами дея-

тельности, адаптироваться к новым условиям и требованиям переменчивой социальной среды. Постоянное столкновение с новыми ситуациями развивает умение видеть проблему с разных сторон, находить нестандартные пути решения [51, с. 49].

К негативным последствиям клипового мышления исследователи чаще всего относят следующие аспекты: неумение работать самостоятельно, низкую самодисциплину, слабое чувство ответственности, неспособность длительно сосредоточиться на определенном когнитивном процессе; быстрая утомляемость и скука при восприятии информации без новизны, динамичности, яркости; сложности с запоминанием информации большого объема [73, с. 38].

Критически оценивается способность человека с клиповым мышлением работать с линейными текстами. Многие ученые утверждают, что у такого индивида снижены способности к системному анализу, структурированию информации, установлению логических связей, оперированию смыслами большой длины [51, с. 49]. Поскольку у человека с клиповым мышлением интерес смещен на форму подачи информации, то ключевую роль играют яркость; динамика; использование образов, вызывающих сильные эмоциональные реакции (шок, удивление, смех, страх). Сознательное привлечение сильных эмоций (страх, радость, гнев) обеспечивает передачу информации в кратчайшие сроки, минуя рациональный фильтр сознания, поэтому характерной чертой клипового мышления является неспособность критически мыслить. Человеком с клиповым мышлением легко управлять, предлагая примитивные решения сложных вопросов, предоставляя гото-

вые мнения и оценки. Таким людям сложнее выявлять скрытые мотивы и подтексты сообщений, это делает их уязвимыми перед манипуляторами.

В. В. Ермолаев, Е. С. Николаева, М. В. Ферапонтова считают, что человек с клиповым мышлением испытывает трудности в прочтении больших текстов и в связном изложении информации из-за бедности речи. Ему свойственен языковой минимализм, обилие слов-паразитов, сленга, жаргона др. [73, с. 38].

Следует отметить, что многие явления, традиционно относимые к негативным признакам клипового мышления, на самом деле могут свидетельствовать о недостаточном уровне организации воспитательного и учебного процесса молодежи, низком качестве преподавания в школах и вузах. Так называемые «негативные аспекты» мышления зачастую являются следствием деградации педагогических практик, неспособности образовательных учреждений соответствовать современным требованиям общества и цифровых реалий.

Кроме того, важно понимать, что современная наука пока не выработала единой позиции относительно сущности и критериев понятия «клиповое мышление». Каждый исследователь, исходя из собственных наблюдений, предлагает уникальный набор признаков и характеристик, выделяющих этот тип мышления. Как следствие, разнообразие предлагаемых концептов создает ситуацию отсутствия единодушия и ясности взглядов на проблему, препятствуя созданию общих стандартов для диагностики данного феномена. Неслучайно некоторые ученые подвергают саму концепцию «клипового мышления» серьезной критике, ставя под сомнение корректность употребления данно-

го термина и правомерность утверждения о существовании особого вида мышления, характеризующего современное поколение. Так Е. А. Чернова в своей работе ставит вопрос для обсуждения: «Существует ли на самом деле клиповое мышление?» и приходит к выводу, что данный термин не обладает научной обоснованностью, поэтому он практически не представлен в зарубежных исследованиях [200, с. 214].

Научные концепции, объясняющие возникновение и развитие клипового мышления, носят спекулятивный характер и основаны преимущественно на субъективных наблюдениях и интуитивных предположениях, поскольку отсутствуют надежные методики измерения клипового мышления. В современной психолого-педагогической литературе мало представлены эмпирические данные, подтверждающие, что клиповое мышление характеризует когнитивные особенности цифрового поколения [145, с. 132]. Часть ученых, признающих существование клипового мышления как особого стиля мышления, склоняются к идее, что клиповость не зависит от возраста индивида [84, с. 330–331]. Т. Н. Горобец и В. В. Ковалев отмечают, что во всех возрастных группах, особенно среди людей, деятельность которых не связана с активными интеллектуальными процессами, существует определенный процент людей, прибегающих к практике клипового мышления [57, с. 95]. Клиповое мышление молодых людей привлекает особое внимание взрослых, поскольку оно проявляется в рамках учебной деятельности, непосредственно доступной для наблюдения родителями и учителями. Тем не менее такое восприятие обусловлено скорее

спецификой ситуации наблюдения, нежели истинной распространенностью этого феномена исключительно среди молодежи. Клиповое мышление встречается и в других возрастных группах, однако взрослые реже сталкиваются с жесткими требованиями и ожиданиями внешней среды, характерными для учебы детей, подростков и студентов [187, с. 92].

Перейдем к рассмотрению следующей важной составляющей когнитивной сферы личности – речи. Речь представляет собой систему знаковых единиц и правил их употребления, служащую средством человеческого общения, мышления и передачи информации.

В эпоху цифровой технологий происходят кардинальные сдвиги в языковых практиках и речевых моделях, которые особенно заметны в молодежной среде. Под воздействием социальных сетей происходит стремительная эволюция языка, приводящая к возникновению новых лингвистических феноменов, которые используются молодежью в речи. Цифровое поколение демонстрирует специфические языковые особенности, отличные от традиционных языковых форм и норм, характерных для предыдущих поколений [192, с. 3063]. Предыдущие поколения по отношению к ним являются «цифровыми иммигрантами», которые сталкиваются с необходимостью преодоления межпоколенческого языкового барьера для адаптации к новым реалиям коммуникации [244, с. 3]. Молодежь использует специфическую лексику, невербальные компоненты (эмодзи, гифки) и новые коммуникативные стратегии, не всегда понятные другим поколениям [192, с. 3063].

Большое внимание в современных исследованиях уделяется роли англоязычных заимствований в речи цифрового поколения. Молодое поколение активно используют англицизмы («лайфхак» от англ. *life hack* – полезный совет; «мейнстрим» от англ. *mainstream* – основное течение; «рандом» от англ. *random* – случайность и т. д.) и воспринимают их как неотъемлемую часть молодежной культуры [180, с. 139].

Среди основных черт речевой культуры молодежи можно выделить упрощенный синтаксис и грамматику. Общаясь в социальных сетях, пользователи стремятся быстро обмениваться сообщениями, минимизировать свои усилия на написание и проверку текста, чтобы сэкономить время и силы. Для этой же цели как раз используются англицизмы, являющиеся более односложными лексемами, чем русские аналоги (например «ок», «го», «изи»). Данная тенденция является выражением принципа лингвистической экономии, сформулированного еще Андре Мартине. Согласно этому принципу, языковая система стремится к оптимизации соотношения между коммуникативными потребностями и минимизацией усилий коммуникатора [46, с. 13]. Все это указывает на тенденцию к упрощению коммуникативных паттернов, что характерно для цифровой среды в целом.

Лингвисты отмечают, что для цифрового дискурса также характерно словообразование посредством интеграции англицизмов в систему сленга российской молодежи [203, с. 85]. Пользователи проявляют креативность, создавая производные слова путем комбинирования корней английских слов и аффиксов русского языка: «фик-

сить» (от английского *fix* – чинить, исправлять), «крашиха» (от английского *crush* – объект обожания), «кринжовый» (от английского *cringe* – ощущать неловкость, стыд), «отфедбечить» (от английского *feedback* – дать обратную связь, отзыв), «ракать баленсу» (от английского *rack* (полка, вешалка) и названия модного бренда *Balenciaga* – носить брендовую одежду) и др.

О. А. Фролова отмечает, что высокая частотность употребления заимствованных лексических единиц свидетельствует о глубокой интеграции англоязычных элементов в русскоязычную коммуникативную среду, что оказывает значительное влияние на структуру и семантику языка в целом [192, с. 3067–3068].

Большинство сообщений в соцсетях носит неофициальный характер, который допускает нарушения правил грамматики и синтаксиса ради поддержания непринужденной атмосферы разговора. Популярные устойчивые выражения, сленг становятся частью языкового арсенала многих пользователей и сознательно используются ради определенного эффекта или иронии. В качестве примеров можно назвать следующие выражения: «поговорить за цены», «падик» (подъезд), «симп» (симпатичный), «норм», «нормис» (нормально), «собес» (собеседование), «жиза» (жизненно).

Использование англицизмов и их производных, сленга в среде молодежи является своеобразной системой распознавания «свой-чужой», то есть выполняет функцию социальной идентификации. Употребление англицизмов, сленга является маркером принадлежности к определенной социальной группе, к «цифровому поколению». Мо-

лодежь, придумывая новые языковые средства выражения, отгораживается межпоколенческим барьером от мира осуждающих взрослых. Молодежная речевая культура невероятно подвижна, как только взрослые начинают понимать, о чем говорит молодое поколение, оно придумывает новые выражения. Следует отметить, что обилие сленга, англицизмов в речевой культуре молодежи – вполне естественная ситуация. В русском языке есть разные способы выражения мыслей. Их можно оформлять, используя литературный язык или разговорную речь с применением сленга. Однако следует обращать внимание на уместность использования тех или иных форм выражения. В зависимости от специфики сложившейся языковой ситуации нужно быстро переключать регистры речи. Например, использовать сленг в сочинении или научном докладе не уместно, применять его при общении с друзьями допустимо. Способность оперативно менять стилистические характеристики своего высказывания, учитывать нормы речевого этикета является важнейшим условием успешной адаптации в современном обществе.

В совместной статье И. В. Романова, О. В. Коннова и А. В. Глазкова исследуют положительные и негативные аспекты воздействия информационных ресурсов глобальной сети на язык и коммуникацию молодежи. К положительным моментам они относят развитие языкового творчества, расширение глобальных связей. Отмечают, что эксперименты с словообразованием на основе английских слов, создание новых грамматических конструкций и оригинальных слоганов и хэштегов имеют игровой характер. Подобные лингвистические игры молодежи являются не

только популярным способом выражения эмоций, привлечения внимания, но и способствуют развитию творческого мышления [149]. Словообразование путем соединения английских корней и русских аффиксов демонстрирует креативный потенциал языковой личности в условиях билингвального языкового пространства. Это служит отражением процессов глобализации и способствует формированию нового, гибридного типа языкового сознания, характерного для представителей цифрового поколения [192, с. 3067–3068]. Лингвистические игры молодого поколения содействуют пониманию чужих культур. Через игровые практики участники погружаются в изучение иностранных языков: придумывая новые слова на основе неродного языка, они вынуждены задуматься над возможностями комбинаторики слов. Это повышает уровень мотивации к дальнейшему освоению англоязычной культуры.

К отрицательным аспектам авторы относят риск недопонимания, распространение дезинформации. Одной из ключевых характеристик языковой культуры молодежи является его быстрая изменчивость, придуманные слова устаревают буквально за пару месяцев. В цифровой среде молодежь постоянно генерирует новые фразы и целые языковые паттерны, которые потом широко используются. Однако новые языковые формы не всегда понятны представителям старшего поколения или тем, кто слабо вовлечён в современную цифровую культуру. В молодежном языке нередко применяются сокращения длинных предложений в пользу лаконичных фраз, что иногда приводит к утрате части деталей и повышает вероятность непра-

вильного истолкования. Свободное отношение цифрового поколения к нормам орфографии и пунктуации снижает качество текста и также осложняет правильное восприятие информации [149]. Таким образом, быстрый темп эволюции языка и постоянное пополнение лексики, снижение грамотности текста могут приводить к искаженному восприятию и накоплению противоречивых представлений. Цифровая среда несет в себе большие риски утраты литературных норм и обеднению языка. Одной из главных угроз традиционным литературным нормам является тенденция к упрощению письменной речи. Электронные устройства предлагают автоматическое исправление ошибок, шаблоны готовых фраз и смайлики, заменяющие полноценные предложения. Все это способствует снижению потребности в тщательной обработке текста и приводит к деградации навыка красивого и правильного письма. Широко используемые мобильные приложения и социальные сети стандартизуют общение, навязывая определенный стиль и формат. Следуя этим стандартам, пользователи привыкают говорить однотипно, утрачивая индивидуальные черты речи.

Языковая культура молодежи отражается на особенностях коммуникации представителей цифрового поколения. Усиленное использование социальных сетей, мессенджеров и мобильных приложений привело к формированию особого стиля общения, характеризующегося лаконичностью и наличием визуальных элементов. Молодежь в сетевой коммуникации активно применяет разнообразные визуальные элементы, повышающие выразительность сообщений и облегчающие взаимопонимание

участников диалогов. Среди наиболее распространенных элементов выделяются следующие категории: эмодзи, смайлики, гиф-анимация, мемы. Эмодзи – это набор стандартизированных символов и пиктограмм, включенных в систему *Unicode* (международный стандарт кодирования символов). Сам термин произошел от сочетание японских слов «эмо» (絵文字) – изображение и «дзи» (字) – знак. Сейчас эмодзи представлены тысячами стандартных иконок, отображаемых одинаково на большинстве устройств. Используя эмодзи, молодежь может сократить объем текста, передав важную информацию одним символом. Особенно актуально эмодзи в переписке, когда важно быстро передавать суть вопроса. Например, вместо подробного описания согласия или одобрения достаточно поставить эмодзи или . Эмодзи является более широким понятием и включает в себя смайлики.

Смайликом (от англ. *smiley* – «улыбающийся») принято называть стилизованное графическое изображение человеческого лица или изображение человеческого лица, созданное путем комбинации знаков препинания и букв клавиатуры. Смайлики применяются для передачи основных человеческих эмоций, таких как радость, удивление, смущение или сарказм.

Анализируя манеру письма цифрового поколения в социальных сетях, можно сказать, что у зумеров и альфа наблюдается максимальная частота использования эмодзи, поколение *Y* предпочитает использовать классические смайлики.

Интерпретация эмодзи существенно зависит от возраста пользователя. Миллениалы привыкли выбирать са-

мые базовые эмодзи для передачи основных эмоций (радость, печаль, благодарность, согласие). Поскольку первые эмодзи имели простой дизайн и несли минимум деталей, у миллениалов сформировалась привычка воспринимать их как дополнения к текстовым сообщениям, а не как самостоятельные единицы коммуникации. Эмодзи воспринимаются поколением *Y* буквально, для них они являются прямым выражением определенного состояния или намерения. Например, улыбающийся эмодзи «☺» для миллениалов означает радость или удовольствие, а грустное лицо «☹» является сигналом проблемной ситуации. Поскольку зумеры и альфы изначально жили в условиях повсеместного распространения смартфонов и мобильных приложений и библиотека эмодзи на их гаджетах предлагала тысячи вариантов стилизованных изображений, то у них быстро сформировалась привычка выбирать конкретные эмодзи под каждую жизненную ситуацию. Эмодзи часто используются зумерами или альфами как полноценные замены словам. Они способны через серию эмодзи составить целый рассказ. Понимание и применение эмодзи у зумеров и поколения альфа намного сложнее, чем у миллениалов. У представителей данных поколений один и тот же эмодзи может иметь совершенно разный смысл в зависимости от ситуации. Например, эмодзи смеющегося лица «😂» в одном сообщении может означать искренний смех, а в другом – насмешливое отношение или иронию. Зумеры и альфа нередко используют эмодзи для ироничных или неожиданных смыслов. Например, символ «💀» может использоваться как выражение «умираю со смеху», «🧢» (синяя кепка) означает ложь или иро-

нию, «👉» применяется в саркастическом ключе. Их подход к использованию символов более креативен и далек от стандартного смысла, что затрудняет понимание сообщений зумеров и альфа миллениалами, привыкших к определенным значениям символов. Для поколения зумеров и альфа эмодзи выступают в качестве передачи тонких намеков, шутливых комментариев или скрытого подтекста. Таким образом, можно констатировать, что миллениалы интерпретируют эмодзи буквально, так как они привязаны к старым шаблонам и не имеют склонности к импровизации с графическим текстом. Зумеры и альфы используют эмодзи, опираясь на контекстное восприятие, они более открыты для игры с графическими формами.

Гиф-анимация представляет собой короткую анимацию, показывающую юмористический эпизод или яркую реакцию персонажа. Чаще всего такая форма используется для эмоциональной окраски беседы или передачи смысла, которые трудно описать словами. У зумеров и альфа число используемых гифок в среднем выше, чем у миллениалов, поскольку они проводят большую часть времени в виртуальном пространстве и взаимодействуют с огромным объемом мультимедийного контента.

Цифровое поколение использует мемы. Данный термин впервые ввел британский биолог Ричард Докинз в книге «Эгоистичный ген». Он обозначил этим термином единицу культурной информации, аналогичную генетическому коду живых организмов [71]. Первое определение интернет-мема дал П. Дэвисон, который рассматривал его в качестве фрагмента культуры, чаще всего ироничного, шутливого, получившего широкое распространение в он-

лайн-среде [223, с. 122]. Сегодня интернет-мемы представляют собой короткие визуальные или аудиовизуальные фрагменты, сопровождаемые текстом или комментарием, передаваемые в сети и предназначенные для быстрого распространения и узнаваемости. Они представляют собой своеобразную форму культурного выражения для передачи социальных комментариев, содержащих юмор или сарказм. Основными характеристиками мемов являются вирусность (быстро распространяется), реплицируемость (легко копируется и передается), серийность (существует в рамках серии однотипных изображений), эмоциональность, минимализм формы (имеет простую, компактную структуру), полимодальность (объединяет несколько видов информации (текст, изображение, звук), актуальность, юмористическая направленность, фантазийный характер, медийность (широко освещается и тиражируется СМИ, блогерами и пользователями социальных сетей), мимикрия (подражает другому популярному объекту), интертекстуальность (отсылает к другим произведениям искусства, событиям, текстам), когнитивная простота (доступен для понимания широкой аудитории) [87, с. 86–89]. Через мемы молодежь выражает недовольство социальными проблемами. Некоторые мемы направлены против общественных стандартов и стереотипов. Создание и распространение мемов дает молодым людям возможность проявить креативность, чувство юмора. Мемы для цифрового поколения являются эффективным инструментом передачи информации и эмоций в сжатой форме. Они упрощают общение и восприятие информации. Короткий

текст, изображение или видео помогают человеку быстро поделиться своими чувствами, мыслями или мнением по поводу происходящих событий. Современные мемы часто становятся частью виртуального общения, помогая людям обсуждать актуальные события и формировать общее понимание происходящего. Выбирая конкретные мемы, человек участвует в общем социальном нарративе, показывая свою осведомленность и способность интерпретировать современные тенденции и явления. Одним из важных качеств мемов является их способность превратить серьезное событие в повод для юмора. Используя иронию и сатиру, мемы помогают снизить остроту существующих проблем.

Цифровое поколение использует мемы для самовыражения и презентации своей личности другим участникам сообщества. Посредством использования мемов пользователи раскрывают свои ценности и убеждения, а также показывают свое отношение к различным событиям.

Практика обмена мемами способствует налаживанию отношений между другими участниками общения, правильное понимание мемов воспринимается молодежью как подтверждение принадлежности к группе. Мемы служат инструментом самоидентификации внутри этих групп. Люди выбирают мемы, соответствующие интересам своей группы друзей, коллег или онлайн-сообщества, подчёркивая таким образом принадлежность к этому сообществу. Это способствует укреплению социальных связей и формированию общего культурного контекста [11, с. 222].

Популярные среди миллениалов мемы часто возникают в ответ на важные социальные и политические события, имеющие резонанс в общественном сознании и памяти поколения. Мемы для миллениалов становится способом продемонстрировать свою реакцию на новостную повестку дня. Поколением *Y* сочиняются и распространяются мемы, отражающие значимые явления медиасферы, такие как выпуск популярных фильмов, сериалов или телепередач (например, лидирующую позицию сейчас занимают мемы миллениалов, составленные по Гарри Поттеру). Поколение *Y* часто используют мемы как средство отражения рефлексии об учебе детей, работе, отношениях, наступлении преждевременной старости и др.

Зумеры и альфы основывают свои мемы на пародийных и абсурдистских сюжетах, которые далеки от реальности. Зумеры любят переделывать знакомые сцены из фильмов, сериалов и книг, вкладывая в них неожиданный смысл или гиперболизируя исходные мотивы. Сюжетами мемов также становятся трудности построения романтических отношений, онлайн-дружба, отношения на расстоянии, учебная рутина, экзамены, общение с учителями (преподавателями). Среди зумеров и альф наблюдается тенденция к распространению мемов, акцентирующих внимание на межпоколенческих проблемах, возникающих вследствие различий в образе жизни, взглядах и установках родителей и детей. Подобные мемы становятся зеркалом реальных конфликтов и разногласий, существующих между поколениями, выступая своеобразным механизмом психологической защиты и разрядки напряжения. Следу-

ет отметить, что зумеры достаточно в мягкой форме шутят про прошлые поколения. Примером может служить мем «пауза миллениалов» о характерной заминки поколения *Y* в начале видеозаписи. В ответ на этот юмор миллениалы запустили собственный контр-мем – «Зумерская тряска» *(Gen Z shake)*. В нем акцентируется внимание на нетерпеливости зумеров, которые начинают говорить или двигаться еще до того, как камера была зафиксирована должным образом.

Использование визуальных элементов стало ключевой характеристикой коммуникации молодежи. Цифровое поколение перешло от текстового общения к смешенному, в котором присутствует как текст, так и визуальные компоненты, что кардинально меняет природу взаимодействия. Следует отметить, что сейчас приобретает еще большую популярность новый формат сетевого общения – запись аудио- и видеосообщений (последний в молодежной среде называется «записать кружок»). Данные форматы является востребованными, так как они позволяют оперативно передавать информацию, помогают устанавливать и поддерживать эмоциональную связь на расстоянии. Представители цифрового поколения ценят спонтанность коммуникаций, свою независимость от общественных ожиданий. Видеосообщения позволяют выражать себя более открыто и естественно, чем текстовое сообщение. Отсутствие ретуши и специальной обработки видеозаписи отражает их стремление дистанцироваться от идеализированных образов, пропагандируемых медиа, сам формат видеосообщения создает ощущение непосредственной связи и доверия между участниками коммуникации.

Таким образом, цифровая эпоха предъявляет новые требования к речевой культуре молодежи. Современное поколение живёт в мире интенсивного информационного потока, обширных коммуникационных каналов и стремительных технологических перемен. Молодое поколение легко переходит от реального общения к виртуальному. Онлайн-диалоги ведутся одновременно в нескольких окнах мессенджеров, социальных сетях и блогах. Скорость обмена информацией возрастает многократно, меняя саму структуру языка. Можно выделить несколько ключевых особенностей речи цифрового поколения:

1) упрощенный характер, который проявляется в сокращении слов, частом использовании аббревиатур и сленга;

2) использование визуальных символов (эмодзи, смайлов, гифок, мемов), которые расширяют возможности для самовыражения и облегчает передачу эмоционального состояния собеседника и ключевых смыслов;

3) преобладание простоты и спонтанности, отказ от строгих литературных норм;

4) инновационность, которая проявляется в использовании придуманных новых слов и выражений, заимствований из иностранных языков;

5) языковая гибкость и готовность к международным коммуникациям становятся важной чертой нового поколения.

Несмотря на обнаружение ряда новых и интересных тенденций в развитии языковой культуры молодежи, можно выделить некоторые проблемы, характеризующих

современный этап эволюции языка. Современная молодежь постепенно теряет навыки традиционного письма. Печатание текста на клавиатуре с использованием автокоррекции приводят к трудностям в соблюдении орфографических и пунктуационных норм. Корректоры и автоисправления на устройствах устраняют необходимость заботиться о точности и правильности собственной речи. Краткость и простота подачи информации в виртуальной коммуникации уменьшает мотивацию молодежи писать объемные, связные тексты. Текстовая коммуникация часто сводится к минимальным наборам символов, сокращениям и аббревиатурам, что приводит к обеднению речи и утрате выразительности.

Следует отметить стремление современной молодежи к расширению культурных контактов, что способствует активному включению в речь заимствованных слов. Это вызывает озабоченность относительно сохранения уникального характера родного языка. Ведь язык представляет собой важный элемент культурной идентичности, выражающий историческое наследие и народные традиции. Молодое поколение часто охотно осваивает новые лексические элементы иностранного происхождения. Вместе с тем необходимо понимать важность современных тенденций развития языка и поддерживать интерес молодых людей к своему родному языку, поскольку именно так можно обеспечить сохранение его богатства и передачу культурного наследия будущим поколениям.

2.2. Коммуникативная сфера цифрового поколения: специфика виртуальной коммуникации и феномен киберагрессии

Цифровая среда оказывает значительное воздействие на формирование коммуникативной сферы личности представителя молодого поколения. Коммуникативная сфера представляет собой совокупность характеристик и особенностей индивида, связанных с процессом общения и взаимодействия с окружающими людьми. Главной особенностью коммуникативной сферы представителя цифрового поколения является постепенное стирание границ между виртуальной и реальной коммуникациями. Цифровое поколение активно совмещает офлайн и онлайн-коммуникационные практики, воспринимая оба формата как взаимодополняющие элементы единого процесса обмена информацией и установления контактов.

Представители цифрового поколения чаще всего оценивает виртуальную коммуникацию с положительной стороны, поскольку она протекает в более комфортных и безопасных условиях, чем реальное общение. Она дает возможность общаться с интересными людьми, независимо от их местонахождения, и позволяет сэкономить время [34, с. 19].

Ряд исследователей подвергают виртуальную коммуникацию серьезной критике, утверждая, что она влечет за собой возникновение ряда психологических рисков и препятствует полноценному социальному становлению представителей цифрового поколения. Так, доктор психологических наук М. Е. Сандомирский считает, что виртуальная

коммуникация приводит к замкнутости и избеганию социальных взаимодействий в реальной жизни [155, с. 33]. Если поколение *X* находилось в системе «человек-человек», то последующие поколения осуществляют коммуникацию посредством цифровых технологий. Личное общение предполагает владение техниками саморегуляции эмоциональных состояний для поддержания позитивного климата коммуникации, в то время как виртуальная среда дает больше возможности контролировать ход беседы и избегать сложных разговоров и конфликтов. Виртуальная коммуникация становится для цифрового поколения более комфортной формой общения, поэтому у молодого поколения отсутствует желание прямого взаимодействия [215, с. 5].

Л. Р. Яруллина отмечает, что хотя интернет дает возможность иметь широкий спектр контактов, постоянное пребывание в виртуальном пространстве заменяет реальные человеческие отношения обезличенными цифровыми связями. Использование социальных сетей и мессенджеров для общения создает иллюзию наличия активной социальной жизни, однако коммуникация в интернете оказывается поверхностной. Н. И. Сперанская отмечает, что онлайн-коммуникация является инструментом оперативной передачи информации и быстрой связи между пользователями. Несмотря на свою эффективность и удобство, она не может отражать глубинные аспекты мировоззрения собеседника, что значительно затрудняет понимание его сокровенных мыслей, личных ценностей и значимых смыслов. Лишь живое общение, по мнению педагога, дает воз-

можность открыто обсудить сложные мировоззренческие темы в режиме реального времени [176, с. 134].

Цифровая среда упрощает процесс знакомства и позволяет выстраивать общение с множеством людей одновременно. Однако виртуальная коммуникация редко перерастает в глубокие и доверительные отношения. Люди в интернет-пространстве предпочитают оставаться на дистанции и довольствоваться внешними проявлениями дружбы и симпатии в виде лайков и репостов [215, с. 5].

Действительно, виртуальная коммуникация способна приводить к сокращению количества непосредственных встреч между людьми, однако не обязательно влечет за собой социальную изоляцию или снижение качества коммуникации. Эффективность взаимодействия прежде всего определяется мотивацией индивида: заинтересованные участники будут стремиться выстраивать глубокие личные отношения вне зависимости от формата общения. Важно отметить, что само по себе использование цифровых каналов связи вряд ли способно заменить личное общение – чаще всего оно выступает лишь дополнительным инструментом поддержки реального контакта. Виртуальная коммуникация расширяет круг общения, поддерживая ранее установленные связи и помогая завязывать новые знакомства. Более того, современные цифровые технологии нередко становятся важным этапом формирования устойчивых социальных связей, помогая преодолеть коммуникативные барьеры тем людям, кто испытывает трудности в социальном взаимодействии. В исследовании Х. Х. Хади, М. И. Иравана, Р. Надлифатина проводится теоретический анализ научно-исследова-

тельских статей из базы *Scopus* за период с 1993 по 2023 годы, посвященных вопросам виртуальной реальности и её роли в сфере межличностной коммуникации. Авторы отмечают, что виртуальная реальность способна существенно расширить возможности общения и содействовать улучшению социальных навыков у лиц с ограниченными возможностями или проблемами социальной адаптации [231, с. 1250–1251]. Таким образом, виртуальное общение может способствовать развитию коммуникативных навыков, создавая временную зону комфорта, облегчающую переход к взаимодействию с людьми в повседневной жизни.

Ряд исследователей утверждает, что виртуальная коммуникация приводит к формированию отчуждающего типа взаимодействия у современной молодежи. Так, проблему дистанцированности цифрового поколения от отношений поднимает в своем исследовании С. А. Котова [109, с. 176]. Виртуальная коммуникация, в которую погружены молодые люди, имеет отчуждающий характер и препятствует установлению доверительных связей. В качестве примеров отчуждающих коммуникативных практик, распространенных среди молодежи, она рассматривает гостинг и фаббинг.

Гостинг (от английского слова *ghosting* – исчезновение, превращение в призрака) является формой эмоционального пренебрежения, при которой один человек внезапно прекращает всякое общение с другим человеком без объяснения причин. Чаще всего термин используется в контексте романтических отношений, однако гостинг может происходить и в дружеских, рабочих или иных межличностных взаимодействиях. Среди молодого поко-

ления распространен онлайн-гостинг, который является разновидностью классического гостинга. Он заключается в резком прекращении любого виртуального общения одним человеком по отношению к другому без предварительного уведомления. Часто он сопровождает удалением аккаунта, блокировкой объекта гостинга. Причиной онлайн-гостинга может быть нежелание сталкиваться с конфликтом, экономия времени и энергии пользователя. Вместо сложных объяснений проще прекратить отношения без какого-либо обсуждения. Онлайн-гостинг является разновидностью отчуждающей коммуникации, так как человек сознательно дистанцируется от другого, партнер по общению остается в состоянии неизвестности и чувствует пустоту и одиночество.

Проблема фаббинга (от английского слова *phubbing* – сочетание слов *phone* (телефон) и *snubbing* (пренебрежение)) раскрывается в работе Б. Уэллмана и Б. Хогана. Авторы отмечают, что современный человек используют сетевые мобильные приложения в процессе общения лицом к лицу, даже в семейных отношениях они взаимодействуют со своими устройствами больше, чем друг с другом [257, с. 172]. Фаббинг представляет собой форму пренебрежительного отношения к окружающим, проявляющуюся в постоянном отвлечении на мобильный телефон во время личного общения. Человек предпочитает смотреть в экран своего смартфона, проверяя сообщения, пролистывая ленту в соцсети или играя в игры, вместо того чтобы уделять внимание своему собеседнику. Со временем такая форма невключенного общения способна снизить

качество социального взаимодействия и привести к разрушению отношений [109, с. 180].

Распространение онлайн-гостинга и фаббинга среди молодежи показывает их стремление избежать сложности в построении отношений. Молодые люди могут использовать фаббинг и гостинг как способ защититься от сильных эмоций во время неудобных и неприятных разговоров. Применение фаббинга и гостинга нередко расценивается молодым поколением как возможность подчеркнуть свою независимость и право выбора интересного для себя общения. Демонстрация свободы действий в виде разрыва контакта или игнорирования собеседника служит способом выражения самостоятельности.

Конечно, применение онлай-гостинга свидетельствует о психологической незрелости индивида. Взрослый человек должен уметь открыто говорить о своих чувствах и желаниях, решать конфликтные ситуации, правильно завершать отношения. Незрелые же личности имеют склонность избегать ответственности путем ухода от диалога, что говорит о слабости характера и недостаточно сформированной социальной компетентности.

Феномен фаббинга наглядно иллюстрирует незаинтересованность субъекта в формировании и поддержании социальных связей. Данная форма поведения представляет собой открытую манифестацию пренебрежительного отношения к партнеру по общению. Несмотря на то что подобное демонстративное игнорирование собеседника в процессе общения присутствовало и ранее, в эпоху цифровых технологий оно приобрело гипертрофированную форму благодаря доступности портативных электронных

устройств. Фаббинг также следует рассматриваться как проявление психологически незрелого поведения, в котором демонстрируется приоритет личного комфорта и желаний над потребностями партнера по общению. Игнорирование потребностей людей раскрывает неспособность индивида брать ответственность за выстраивание доверительных отношений.

Вполне естественно, что фаббинг как социальное явление чаще всего проявляется у подростков. Подростки, в силу возрастных особенностей, подвержены импульсивным действиям. Они менее устойчивы к отвлекающим факторам, поэтому легко переключают свое внимание на внешние раздражители в виде звуков уведомления или вибрации смартфона.

Многие подростки испытывают трудности в поддержании диалога из-за недостаточно сформированных коммуникативных навыков. Вместо того чтобы преодолевать трудности в общении и глубже погружаться в диалог, они могут скрывать свое смущение путем обращения к мобильному устройству. В этом случае фаббинг может рассматриваться как одна из разновидностей смещенной активности. Обращение к гаджету позволяет временно снизить напряженность или избежать сложных вопросов, уклоняясь от прямой конфронтации или откровенного обсуждения. У подростков фаббинг часто используется как средство защиты от вторжения в личное пространство, поэтому для взрослого собеседника он должен служить сигналом о нежелании подростка углубляться в тему разговора.

Подростковый возраст характеризуется активным формированием идентичности и самостоятельности. Молодые люди активно осваивают цифровые платформы для того, чтобы создать свое собственное социальное пространство, в котором они чувствовали бы себя более свободно. Использование телефона во время общения может выступать способом демонстрации желанной независимости. Кроме того, не следует забывать о желании подростков в признании со стороны сверстников, которое они нередко находят в социальных сетях. Регулярный просмотр сообщений, лайков и комментариев повышает самооценку и поддерживает ощущение значимости и ценности личности, заставляя подростков периодически проверять телефон даже в присутствии других людей.

Л. В. Баева и И. Ю. Алексеева полагают, что погружённость современной молодёжи в цифровое пространство формирует интернет-зависимость и препятствует полноценному участию в реальной жизни. Исследователи утверждают, что процесс виртуализации неизбежно сопряжён с социальным эскапизмом [8, с. 86]. Термин «эскапизм» традиционно означает попытку убежать от реальности, временно замещая ее фантазиями или иными формами ухода от проблем.

Следует отметить, что практики эскапизма не являются продуктом современного времени, они существовали всегда. С развитием цифровых технологий появилась лишь новая форма социального эскапизма, которая получила название цифрового [136, с. 119]. Неправильно будет рассматривать гаджеты и социальные сети в качестве первопричин социального эскапизма. Они лишь создают

условия для временного отстранения от действительности. Основополагающие же причины лежат в области психологии и социальных процессов: хронический стресс и постоянное напряжение, высокий уровень тревоги, завышенные требования и давление со стороны ближайшего окружения, недостаточность материальных ресурсов, обеспечивающих полноценное участие в социальной активности, а также однообразие и скука повседневной жизни. Эти глубинные факторы порождают желание человека дистанцироваться от внешнего мира, а современные технологии предоставляют эффективные инструменты для удовлетворения этой потребности.

Цифровой эскапизм часто возникает из-за расхождения между наличным социальным бытием и таким образом реальности, который является притягательным для реализации жизненного потенциала индивида [17, с. 271]. Уход в виртуальный мир может снижать мотивацию к активному участию в настоящей жизни, как следствие затруднять адаптацию к внешней действительности. Так Л. В. Баева, И. Ю. Алексеева отмечают, что по статистике средний возраст людей, подверженных социальному эскапизму, варьируется от 17 до 21 года. Таким молодым людям сложно органично вписаться в реальную жизнь общества. Они настолько оторваны от нее, что становятся социальными изгоями [8, с. 94].

Следует отметить, что погружение в виртуальные миры не обязательно приводит к негативным последствиям. Виртуальной реальности даже присущ некоторый гуманизм, поскольку она расширяет границы человеческого «Я», предоставляя широкий спектр разнообразных воз-

можностей [136, с. 119]. Используя цифровые технологии, пользователи получают возможность моделировать различные сценарии жизни, примерять новые роли, расширяя границы своего опыта и самосознания. Это может способствовать глубокому осознанию собственных предпочтений, способностей и жизненных целей, помогает лучше понять себя и определить оптимальные пути саморазвития. Виртуальная реальность помогать в обретении аутентичности и подлинности собственного существования. Погружаясь в искусственно созданные миры, личность может сталкиваться с ситуациями, позволяющими пережить опыт, схожий с опытом реальности, и подобрать наиболее эффективные жизненные стратегии. Виртуальность предоставляет индивиду практику свободного экспериментирования. Такая практика усиливает рефлексию относительно собственных действий, позволяя человеку лучше осознать собственные мотивы, убеждения и ценности. Через взаимодействие с виртуальной средой индивид может сформировать более глубокое понимание своей идентичности, преодолеть разрыв между идеальным представлением о себе и повседневностью, приближаясь таким образом к ощущению подлинности бытия [32, с. 72].

По мнению М.Е. Сандомирского, еще одной из важных проблем развития молодого поколения является тенденция к усилению нарциссических характеристик личности в связи с чрезмерным использованием социальных сетей и цифровых платформ [155, с. 33]. Использование виртуальной коммуникации в социальных сетях формирует стремление создавать идеальные образы самого себя, уделяя особое внимание привлекательности и внешним

атрибутам социального успеха. Количество лайков, комментариев и подписчиков служит показателем общественного признания и поддержки. Желание получать положительное подкрепление от других ведет к стремлению соответствовать ожиданиям аудитории, увеличивать число просмотров и кликов. Гонка за вниманием и популярностью в сети обостряет самолюбие и укрепляет веру в свою исключительность. Гипертрофированная концентрация на собственном виртуальном образе приводит к закреплению нарциссических установок, что существенно ухудшает качество человеческих отношений, препятствуя глубокому пониманию и принятию других людей. Кроме того, зависимость от положительных оценок подписчиков и других внешних признаков успеха может приводить к повышенной тревожности, стрессу, депрессии.

Л. С. Яковлева рассматривает проблему развития нарциссических свойств личности сквозь призму феномена селфи-контента и способов самопрезентации в социальных медиа. По мнению автора, создание и преобладание селфи на странице соцсети говорит не только о наличии нарциссической ориентации личности, но и об одиночестве человека: «у автора нет друга, который мог бы сделать его портрет» [211, с. 72]. По этому поводу психоаналитик Отто Кернберг писал, что «Я» психологически здорового человека окружено репрезентациями людей, которые его уважают и любят. Зная об этом, он испытывает радость от реализации себя в профессиональных, дружеских, семейных отношениях. При нарциссическом расстройстве репрезентации значимых других отсутствуют, есть только грандиозное, тотально одинокое «Я» [97, с. 228]. Нарцисс не

чувствует своей самоценности и жаждет подтверждение своей значимости от окружающих. Нарциссические личности видят мир через призму достижений, иерархий и статусов, поэтому они стремятся окружить себя внешними атрибутами социального успеха для поддержания мифа о собственной грандиозности [211, с. 72–73].

О. В. Строева, анализируя поведение представителей цифрового поколения в социальной сети, делает вывод, что «нарциссизм» стал естественной потребностью человека новой формации. Он связан со стремлением субъекта видеть свое отражение в персональном экране-зеркале. Выкладывание селфи в социальной сети является реализацией желания зафиксировать свое присутствие в цифровом измерении. Это, по мнению автора, ведет к своеобразному виртуальному солипсизму. Использование селфи позволяет скорректировать свой внешний вид посредством выбора ракурса, освещения, наложения фильтров. Оно дает возможность создать такую внешность, которая будет совпадать с воображаемым образом «Я» через эстетизацию и соответствие выбранным канонам [179, с. 726–727]. По мнению автора, молодое поколение выставляет селфи в социальных сетях, не выходя за пределы своего идеального мира и фантазий о себе [179, с. 732]. Основной их мотиваций является желание быть замеченными окружающими, получить их одобрение в виде социальных поглаживаний через лайки [211, с. 73].

Мы не согласны с утверждениями представленных исследователей о том, что цифровая среда и виртуальная коммуникация непосредственно вызывают развитие нарциссизма или нарциссических тенденций у представи-

телей цифрового поколения. Скорее, цифровая среда предлагает эффективные инструменты для самопрезентации лиц, изначально предрасположенных к нарциссическому поведению. Нарциссическая личность в интернет-пространстве может преувеличить собственные достижения и успехи и создать грандиозный виртуальный образ без значительных усилий и вложений дополнительных ресурсов.

Виртуальная коммуникация имеет свои особенности, которые существенно влияют на эмоционально-волевую и поведенческую сферы личности представителя молодого поколения. Эмоционально-волевая сфера личности представляет собой комплекс эмоциональных и волевых процессов, которые характеризуют содержание, качество и динамику эмоций и чувств, а также способы их регуляции [202]. Поведенческая сфера личности охватывает совокупность деятельностных проявлений человека, включающих его поступки, действия, навыки, привычки и модели поведения. Рассмотрим, как специфические характеристики виртуальной коммуникации могут влиять на представленные сферы.

М. Бергельсон в качестве основных признаков виртуальной коммуникации выделяет следующие: интерактивность, дистантность, опосредованность, глобальный межкультурный характер, отсутствие статусной иерархии, анонимность участников, неопределенность и неразвитость социальных норм, асинхронность, маргинализация и карнавализация коммуникационных процессов, широкие возможности для конструирования личностной и социальной идентичности [21, с. 58].

Коммуникация в интернете интерактивна, что подразумевает возможность активного взаимодействия между сторонами общения. Интерактивность позволяет получать быструю обратную связь и поддерживать динамику диалога с разными пользователями. Социальные сети, онлайн-платформы способны объединить тысячи людей для общения, обмена информацией, проведения мероприятий и осуществления совместных действий в цифровой среде.

Интерактивность виртуальной коммуникации является важным фактором, способствующим развитию инициативности, самостоятельности и формированию активной жизненной позиции субъекта. Интерактивность существенно повышает субъектность, вовлеченность пользователей в интернет-пространство. Человек участвует в создании собственной виртуальной вселенной, постоянно вносит коррективы в единую глобальную информационную среду [8, с. 90–91]. Современные платформы предлагают пользователям создавать собственный контент: писать посты, публиковать фотографии, вести каналы и блогерские проекты. Создавая и публикуя материалы, человек не только развивает свои творческие способности, но и находит единомышленников и устанавливает межличностные связи с людьми, разделяющими аналогичные интересы и ценности. Регулярное участие в группах, форумах, чатах может давать индивиду ощущение принадлежность к сообществу и укреплять чувство значимости. Однако чрезмерная погруженность в жизнь онлайн-сообщества способна привести к ослаблению настоящих социальных связей.

Интерактивность виртуальной коммуникации может позитивно отражаться на развитии адаптивных способностей, повышать гибкости мышления и стрессоустойчивость представителей цифрового поколения. Постоянный обмен информацией и взаимодействие с различными пользователями вынуждают оперативно приспосабливаться к новой ситуации общения, принимать разные точки зрения и учитывать эмоциональные реакции окружающих. Это развивает гибкость мышления и формирует адаптивные стратегии поведения, позволяющие успешно справляться с изменчивостью и неопределенностью цифровой среды.

В процессе виртуального общения представителям цифрового поколения нередко приходится сталкиваться с негативной оценкой пользователей. Отрицательные реакции на сообщения, комментарии, публикуемые материалы может приводить к постепенному развитию стрессоустойчивости. Благодаря многократному повторению подобного опыта, индивид учится сохранять спокойствие и самообладание даже в условиях деструктивной критики и острого конфликта.

Виртуальна коммуникация характеризуется дистантностью, поскольку физически участники находятся далеко друг от друга. С дистантностью тесно связана опосредованность виртуального общения, которая заключается во взаимодействии через технические устройства, такие как компьютеры, смартфоны, планшеты и программное обеспечение. Поскольку вся информация передается через устройства и специальные программы, то это накладывает ограничения на передачу невербальных компонентов общения. В живом общении невербальные сред-

ства играют важную роль. Они помогают понять чувства собеседника, установить доверительные отношения и создать атмосферу искреннего диалога. Ограниченность вербальных сигналов снижает точность интерпретации эмоциональных состояний и намерений собеседника. Это создаёт трудности в понимании истинных мотивов и ведёт к недопониманию и снижению уровня доверия.

А. Ю. Иванова и М. В. Малышкина отмечают, что из-за преобладания виртуального общения в жизни цифрового поколения, его представители испытывают трудности в распознавании и понимании чужих эмоций и чувств, кроме того, у них снижается уровень эмпатии и сопереживания [83, с. 226]. Отсутствие невербальных сигналов не дает возможности адекватно воспринимать другого человека как чувствующий и переживающий субъект взаимодействия. Из-за высокой степени абстрагирования виртуальной коммуникации искажается представление о том, что за «аватаром» скрывается живой человек, который может испытывать сильные эмоции и чувства. Как пишет Г. У. Солдатова в онлайн-коммуникации другой человек не настолько «очевидно “живой” и переживающий, если речь идет о цифровом мире, что позволяет отнестись к нему с меньшей ответственностью» [174, с. 378], а значит легче проявить агрессию, грубость, пренебрежительное отношение к чужим чувствам.

Следует отметить, что отсутствие невербальных средств общения может положительно сказываться на эмоциональном состояние пользователей. Т. Васильев отмечает, что невидимость собеседников виртуальной коммуникации снимается целый ряд психологических ба-

рьеров, связанных с внешним обликом ее участников. Особенно это важно для людей, застенчивых, болезненно воспринимающих свою внешность, имеющих дефекты речи, нарушения сенсомоторики и т. п. [45, с. 315].

Следует отметить, что в виртуальном общении невербальные средства коммуникации могут быть представлены в виде аудио- и видеосообщений, фотоснимков и графических символов (эмодзи), что в какой-то степени позволяет понимать эмоции, чувства, переживания собеседника и его отношение к предмету разговора. Однако передача эмоционального состояния имеет упрощенных характер, по сравнению с межличностным общением в реальности [34, с. 19–20].

Опосредованная природа виртуальной коммуникации делает возможным отложенное реагирование на сообщение собеседника. Поскольку информация передается через технологический канал, у адресата появляется возможность откладывать реакцию, тем самым нарушая синхронность реального общения. Виртуальная коммуникация характеризуется асинхронностью, которая имеет свои преимущества и недостатки. Участники коммуникации могут отвечать тогда, когда им удобно, выбирая подходящее время для выражения своих мыслей. Благодаря отсутствию давления временных рамок, пользователи имеют возможность тщательно подумать перед отправкой ответа, минимизировать вероятность импульсивных решений и недопонимания. Возможность откладывать общение позволяет эффективнее распределять внимание и ресурсы, минимизируя отвлекающие факторы и сохраняя концентрацию на текущих задачах. В то же время длительные за-

держки в ответах на сообщения могут затруднять естественное развитие диалога, препятствовать оперативному решению важных вопросов или проблем. Отсутствие немедленной обратной связи повышает риск неправильного толкования намерений участников, может спровоцировать возникновение конфликта или разногласий.

Е. П. Грибова считает, что наличие возможности прервать общение в любой момент времени снижает степень ответственности за свое поведение и действия. Осознание легкости прекращения виртуального общения приводит к снижению уровня социальной ответственности за соблюдение норм вежливого поведения, что способствует увеличению частоты деструктивных и неэффективных форм коммуникации. Сформировавшиеся негативные паттерны поведения могут быть перенесены в реальную жизнь [61, с. 441–442].

Еще одним важным свойством виртуальной коммуникации является ее глобальный межкультурный характер. Интернет объединяет пользователей из разных стран и культур. Люди взаимодействуют друг с другом независимо от географического положения, языковых барьеров, создавая общечеловеческое пространство общения. Возможность знакомства с иными культурами позволяет цифровому поколению лучше понимать разнообразие мира. Виртуальное общение существенно расширяет представления о историческом опыте, традициях, обычаях, верованиях, ценностях, образе жизни разных народов и формирует толерантное отношения к чужим культурам. Следует отметить, что цифровое поколение демонстрирует повышенную готовность к признанию и уважению

культурного разнообразия вследствие активного включения в процессы глобальной коммуникации, так как посредством использования цифровых платформ и социальных сетей сформированы навыки межкультурного взаимодействия. Современная молодежь настроена на диалог с представителями разных культур, основанный на принципах взаимного уважения и равенства.

Еще одной интересной особенностью виртуального общения является отсутствие статусной иерархии. Общение в сети превращается в наиболее демократическую и свободную от контроля форму коммуникации [99, с. 149].

Многие онлайн-сообщества строятся по горизонтальному принципу, где каждый член обладает одинаковыми правами и обязанностями, вне зависимости от возраста, пола или профессии. Эти особенности способствуют созданию атмосферы открытости, делая виртуальную среду комфортной для выражения мнений. Виртуальное пространство часто воспринимается молодежью как приветливая среда, которая не ограничивает отношения между людьми строгими правилами, в которой отсутствует формализм и преобладает непринужденный стиль общения.

Неиерархичность в цифровой среде существенно влияет на формирование мировоззрения цифровой молодежи. Молодежь более свободно выражает свое мнение, чем представители прошлых поколений. Отсутствие жестких границ статусных ролей заставляет молодых людей больше уделять внимание не авторитетному мнению, а содержанию и достоверности передаваемой информации. Однако важно отметить, что хотя цифровая среда ослабляет влияние статусной иерархии, социальные

предрассудки все равно проявляют себя в скрытой форме в виде предвзятых оценок и стереотипов, которые могут сохраняться и воспроизводится внутри сетевых сообществ.

В виртуальном пространстве, из-за отсутствия социальной иерархии, каждый участник имеет возможность свободно выражать свое мнение, независимо от своего социального статуса, профессии или уровня образования. Такая свобода создает условия для возникновения феномена – карнавализации коммуникационных процессов.

Карнавализация коммуникационных процессов – это явление, характеризующееся нарушением традиционных форм общения и коммуникативных норм, проявляющееся в свободном выражении мнений, увеличении роли юмора, самоиронии и сатиры в коммуникации. Само понятие «карнавализация» было введено Михаилом Бахтиным в рамках анализа средневековых народных праздников-карнавалов, где происходил временный отказ от строгих социальных иерархий и правил поведения. Философ в качестве основных признаков карнавализации называет следующие: осовременивание жизненного явления, амбивалентность, «весёлая относительность» [15]. Осовременивание жизненного явления заключается в преодолении дистанции между искусством, культурой и повседневной жизнью путем внесения элемент шутливости, иронии. В цифровой среде это проявляется в упрощении восприятие сложных тем, облаченных в простую и понятную для молодежи форму путем использования мемов, вирусных роликов, пранков, челленджей, флешмобов, юмористического осмысления общественных явлений в блогах и соцсетях.

Под амбивалентностью понимается двойственность восприятия объектов в культурном пространстве. Объект одновременно воспринимается как нечто завершенное и конечное, но он всегда несет в себе потенциал для изменения и дальнейшего развития [15]. В цифровом мире этот признак ярко проявляется в тенденциях сетевого троллинга и хайпа. Человек может испытывать негативные эмоции по отношению к объекту (негативная реакция на известную личность или событие), однако именно эта негативная реакция вызывает интерес и внимание, порождая новый виток популярности объекта.

«Веселая относительность» обозначает состояние неопределенности и свободы, которое возникает в процессе нарушения жестких структур и канонов культуры [15]. Этот признак подчеркивает, что граница между настоящим и возможным размыта, а сама реальность ощущается скорее игрой воображения, нежели твердой системой установлений. «Веселая относительность» описывает ситуацию, когда общественные нормы, социальные роли и стандарты поведения лишаются строгости и однозначности. То, что раньше считалось неизменным и абсолютным, теперь воспринимается как подвижное, игривое и легко нарушаемое. Например, пользователи соцсетей часто создают собственные виртуальные идентичности, выраженные через аватары, никнеймы и визуальную эстетику профиля. Такие изменения помогают уйти от стандартного набора социально ожидаемых характеристик внешности и поведения, открывая новые горизонты для личного самовыражения. Люди пробуют различные облики, начиная от реалистичных портретов до фантастических обра-

зов аниме-персонажей, разрушая установленные шаблоны и предоставляя свободу выбора собственного образа.

Таким образом, карнавализация в виртуальном пространстве предполагает отказ от привычных форм официального делового этикета и серьезных форматов коммуникации. В интернете увеличивается доля шутливого, игрового стиля общения. Карнавализация снижает уровень доверия к источникам информации, намерено обнажает противоречивые стороны социальной действительности. Она является важным элементом современной культуры, способствующим демократизации коммуникаций и развитию альтернативных способов выражения общественного мнения.

Следующим значимым признаком виртуальной коммуникации является маргинализация. Маргинализация виртуальной коммуникации заключается в отчуждении пользователей от публичного пространства. В современном мире наблюдается тенденция ухода пользователей из публичной сферы в закрытые онлайн-сообщества по интересам. Алгоритмы рекомендаций интернет-платформ формируют для пользователя информационный пузырь, в котором присутствует только сведения, соответствующие его предпочтениям и убеждениям. Альтернативная информация остается незамеченной, игнорируется или дискредитируется. Подобный эффект эхокамеры ведет к формированию ограниченного или искаженного представления о реальности.

Чрезмерное пребывание человека внутри эхокамеры создает иллюзию полного понимания проблемы, даже если реальные знания поверхностны или ошибочны.

Люди начинают считать себя достаточно компетентными, чтобы отвергнуть мнения экспертов или результаты научных исследований.

В. В. Зотов, А. В. Губанов, К. Э. Гаврильченко отмечают, что данный эффект усиливает поляризацию общества и препятствует общению внутри единого информационного поля [81, с. 191]. Находясь внутри информационного пузыря, человек утверждается в своей правоте и становится менее открытым к новым идеям и опыту. Отсутствие возможности столкнуться с разнообразными точками зрения затрудняет понимание позиций оппонентов и способствует возникновению чувства враждебности между группами с разными взглядами. Пользователи одного информационного пространства легко попадают в ловушку восприятия сторонних взглядов как агрессивных и опасных. Возникают устойчивые образы «чужих». Вместо попыток услышать и обсудить разные точки зрения на ту или иную проблему, общество раскалывается на отдельные изолированные сегменты, не способные друг с другом договариваться. Таким образом маргинализация коммуникативных процессов приводит к фрагментации информационного пространства, увеличению разрыва между группами с разным взглядами.

Виртуальное общение дает возможность пользователям скрывать информацию, которая связана с личностью человека. Анонимность сохраняется пользователями за счет применения разных аватарок и псевдонимов. Невозможность идентифицировать личность создает ощущение безопасности, освобождает пользователя от страха, что его личные данные могут использовать в каких-либо

целях [218, с. 52]. Анонимность прежде всего позволяет защищать личную жизнь от нежелательного вмешательства. Многие пользователи предпочитают оставаться анонимными, чтобы избежать навязчивого внимания, вторжений в частную жизнь или манипуляций со стороны окружающих.

Б. Беккер считает, что анонимность виртуального общения может втянуть пользователя в игру создания квазиреальности. В ходе которой человек детально продумывает и конструирует свой виртуальный образ. Он может подобрать для себя новые роли и испытать эмоции, недоступные в повседневной жизни. Это создает благоприятную почву для формирования иллюзии могущества в области автопрезентации, поскольку человеку кажется, что он получает абсолютную возможность управления впечатлением о себе [217, с. 211–212.].

Аарон Бен-Зе'ев рассматривает анонимность как необходимое условие для создания атмосферы открытого диалога, где каждый собеседник может быть честным и откровенным в выражении своих мыслей и чувств. Интернет-пространство может выполнять функцию терапевтической кушетки или исповедальни, когда пользователи раскрывают тайные стороны своей жизни, о которых не знают даже близкие [218, с. 72]. Открытость в виртуальном общении становится основой для взаимного эмоционального сближения. Это позволяет перевести отношения на более высокий уровень близости, служит толчком для развития крепкой связи между людьми.

Многие исследователи считают, что анонимность виртуальной коммуникации создает у пользователей

ощущение неопределенности социальных норм. Анонимность виртуальной коммуникации создает «эффект раскрепощения». Эффект раскрепощения может приобретать конструктивную форму, способствовать изучению разных граней своей личности и определению своей мировоззренческой позиции в открытом диалоге с собеседником. Эффект раскрепощения может привести и к деструктивным последствиям [32, с. 66]. Некоторые пользователи, понимая, что невозможно идентифицировать их личность, перестают контролировать свое поведение. Они проявляют агрессию, распространяют недостоверную информацию, нарушают социальные нормы и правила общения, считая, что останутся безнаказанными. О. Б. Истомина считает, что анонимность пользователя в социальной сети обычно сопровождается ощущением большой свободы, что придает смелости в совершении поступков. Анонимность приводит к обезличенности, позволяет людям действовать вне рамок общественного контроля. Отсутствие идентификации делает невозможным привлечение к ответственности за совершенные действия или высказывания. Люди перестают ощущать последствия своих поступков, и это снижает уровень личной ответственности и способствует распространению агрессии [85, с. 168].

Наиболее распространенными формами проявления агрессии в виртуальной коммуникации являются троллинг, хейтинг, флейминг, флудинг, пранкерство, кибер-сталкинг, кибербуллинг.

Троллинг как социальный феномен зародился в 1990-х гг. в «*Usenet*» (компьютерная сеть для общения и обмена файлов). В XXI веке интернет-тролли стали созда-

вать сообщества и породили «тролль-культуру». Под троллингом понимают форму социальной провокации в виртуальном сообществе. Сам термин «троллинг» происходит от английского слова *trolling*, что дословно переводится как «ловлю рыбы на блесну» [162, с. 135]. Действия интернет-троллей уподобляются рыбалке. Они размещают провокационные посты или комментарии для того, чтобы «поймать на крючок» пользователей, вызвав у них сильную реакцию. Основная цель толлинга заключается во внесение разлада в сообщество, склонение пользователей к конфронтации с жертвой (жертвами) троллинга, а также развлечение и привлечение внимания к собственной персоне [212, с. 980]. Тролль действует хладнокровно, он заранее планирует свои действия, подбирает манипулятивные техники для того, чтобы вызвать желаемые эмоции у пользователей. Троллинг приводит к быстрому высвобождению лавинообразной агрессии, которая мгновенно распространяется на большинство участников виртуального сообщества [48, с. 50]. Отличительной чертой троллинга является длительность процесса воздействия на жертву, которая может достигать нескольких месяцев за счет постоянного поддержания уровня напряжения объекта манипуляции.

Проявлением агрессии в виртуальной коммуникации является хейтинг. Термин начал широко использоваться примерно в конце 2000-х годов с ростом популярности социальных медиа и активизацией публичных дискуссий в интернете. Первоначально его использовали фанаты музыки, кино и спорта для обозначения критики, которую поклонники одного артиста или команды выра-

жали в отношении конкурентов. Со временем понятие расширилось и стало применяться к любым пользователям, имеющим популярность в сети. Хейтинг (от английского слова *hate* – ненависть) – практика публикации ненавистнических высказываний в адрес какого-либо публичного лица, бренда, продукта или идеи исключительно с целью выразить свою негативную позицию, вызвать резонанс или получить удовлетворение от отрицательного отклика сообщества. Поводом для хейтинга личности обычно становится социальная активность человека, например выложенное фото, видеоролик или комментарий к посту [36, с. 147].

А. А. Арцер и Е. Н. Маковецкая в своем исследовании описывают ключевые черты хейтинга по отношению к человеку. Во-первых, объектом хейтинага является только знаменитые и популярные личности. Во-вторых, применяемые высказывания хейтеров не содержат объективной оценки. В-третьих, общение с хейтерами невозможно построить по принципам конструктивной беседы. В-четвертых, нельзя заранее спрогнозировать реакцию хейтера на публичную активность, то есть невозможно предугадать обстоятельства, запускающих акты ненависти или негативного отношения к человеку (рандомность триггеров) [6, С. 123].

Если троллинг и хейтинг имеют целью причинить вред человеку, то следующая форма агрессии – флейминг – характеризуется спонтанностью и отсутствием четкой цели нанести психологический ущерб другому человеку. Флейминг (от англ. *flame* – огонь, пламя) представляет собой интернет-перепалку, в которой участники

дискуссии уходят от основной темы обсуждения и переходят на взаимные оскорбления и нападки [212, с. 980]. Общение утрачивает характер конструктивного обсуждения и превращается в эмоциональное выяснение отношений, в котором аргументы заменяются необоснованными заявлениями, субъективными оценками, предвзятыми суждениями.

Флейминг всегда происходит спонтанно из-за обнаружения собеседниками разницы во мнениях в процессе обсуждения какой-то темы. Цель флейминга – это доказать свою правоту. Важной чертой флейминга являются сильные чувства, испытываемые участниками. Люди искренне переживают такие эмоции, как злость, гнев и раздражение. Эти переживания провоцируют эскалацию конфликта и желание нанести удар по другому участнику флейминга.

В спор участников флейминга могут включаться другие пользователи, образуя целые «флейм-войны», когда флейминг принимает форму коллективного противостояния одной группы пользователей против другой. Участники поддерживают друг друга, создавая иллюзию единомыслия и усиливая накал страстей.

Агрессия в социальных сетях может проявляться в отдельном виде пранкерства. Слово «пранкерство» образовано от английского термина *prank*, которое переводится как «розыгрыш, шалость». Пранкерство представляет собой розыгрыш, который записывается на видео или диктофон и распространяется в интернете. Можно выделить несколько видов пранкерства: «хард» – жесткий пранк; «лайт» – пранк отличающийся мягкостью и дружелюбием

[36, с. 147]. «Хард-пранк» является формой агрессии, поскольку он связан с нарушением личных границ и неприкосновенности частной жизни человека, сознательно нацелен на причинение вреда физическому или психологическому состоянию жертвы. «Лайт-пранк» не является проявлением агрессии, так как авторы роликов стремятся создавать забавные ситуации, не вызывая неприятных эмоций у участников. Во время «лайта» создатели стараются вести себя вежливо и деликатно, соблюдая нормы этикета. Они демонстрируют уважение к чувствам и интересам объектов розыгрыша, избегая излишней грубости или нагнетания конфликта.

Флудинг является формой нарушения сетевого этикета, который напрямую не связан с агрессией. Однако он отрицательно сказывается на атмосфере сообщества и наносит ощутимый вред эмоциональному состоянию пользователей. Слово «Флудинг» произошло от английского *flood*, что дословно переводится как «поток воды, наводнение». Флудинг – многократное размещение однотипных сообщений или бессмысленной информации на форумах, чатах, блогах, в социальных сетях и на других платформах интернет-коммуникации [170, с. 110]. Пользователи интернета стали использовать его для описания массовых потоков сообщений или комментариев, захлестывающих страницы форумов и порталов. Первые случаи массового заполнения страниц случайными или бессмысленными сообщениями появились в середине 1980-х годов с развитием первых электронных досок объявлений (BBS). Тогда пользователи начали активно экспериментировать с возможностями массовой рассылки, заполняя

серверы большим количеством однотипных записей. Сейчас флудинг стал настолько привычным явлением, что практически каждая крупная площадка вводит специальные меры против спама и избыточных сообщений. Например, существуют фильтры и боты, автоматически удаляющие лишние записи, либо блокирующие аккаунты нарушителей.

Основной признак флудинга – заполнение большого объема пространства ненужными репликами, существенно затрудняющими чтение содержательных сообщений. Флудеры целенаправленно занимают полезное пространство бессмысленными сообщениями, уменьшая возможность полноценного обсуждения темы. Для обычных пользователей это создает неудобства, раздражает, снижая мотивацию продолжать участие в дискуссии. Иногда флуд служит способом испортить репутацию сайта или сообщества, поскольку массовые бессодержательные посты и комментарии вызывают сомнения в компетентности администрации и адекватности самого сообщества.

Кибersталкинг (от английского слова «*cyberstalking*» – киберпреследование) – это форма наблюдения за человеком, преследование его с помощью цифровых технологий [189, с. 157]. Проблема кибersталкинга стала актуальной с массовым распространением социальных сетей и мобильной связи, предоставляющих злоумышленникам широкие возможности для быстрого и анонимного совершения преступлений. Преступник собирает информацию о жертве, отслеживает ее перемещения, интересы и действия в сети, используя для этого электронные устройства и технологии. Сбор конфиденциальных сведений о жерт-

ве может размещаться в открытом доступе в интернете или использоваться в мошеннических схемах. Сталкер может использовать найденные компрометирующие сведения о жертве для шантажа или нанесения урона профессиональной и личной репутации. С этой же целью используется распространение ложной информации, сплетен и клеветы в интернете.

Н. Л. Богомазова выделяет четыре критерия кибersталкинга: повторяющееся действия, вторжение в личную жизнь, наличие угрозы жизни жертвы и ее социальным контактам [36, с. 147]. Кибersталкинг является серьезной угрозой, которая может иметь значительные последствия для жертвы. Постоянное наблюдение и преследование могут приводить жертву к хроническому стрессу, тревоге, бессоннице, депрессии и даже к суицидальным мыслям. Многие жертвы начинают испытывать чувство вины, неуверенности в себе, теряют доверие к своему окружению. Распространение лживой информации, порочащих материалов может существенно повлиять на карьеру, общественные связи и семейные отношения.

Существуют четыре распространенных типа кибersталкеров, каждый из которых действует по собственным мотивам. Первый тип – это «мстительные кибersталкеры». Их действия направлены на возмездие за прошлые обиды или разногласия. Им принципиально важно устанавливать прямой контакт со своими жертвами. Их цель – причинить своим жертвам страдания, вызвать у них страхи за свою жизнь и безопасность. Второй тип – это «сквозные кибersталкеры». Они стараются удерживать своих жертв в состоянии постоянного эмоционального напряжения и

дискомфорта. Сквозной кибersталкер действует незаметно, не вступая в открытый контакт. Он управляет действиями своей жертвы издалека, сохраняя статус «теневой фигуры». Такая стратегия позволяет ему чувствовать контроль над ситуацией и получать удовлетворение от осознания власти над чужой жизнью. Среди представителей данного типа нередки случаи наличия серьезных психологических расстройств.

Третий тип – это «интимные кибersталкеры». Они предпринимают настойчивые и многократные попытки добиться взаимного чувства или внимания объекта своей страсти, используя социальные сети, электронную почту, сайты знакомств. К данной стратегии поведения в интернете могут прибегать бывшие избранники или влюбленные. Первые стремятся возобновить близкие отношения и пытаются постоянно напоминать о себе. Влюбленные могут преследовать как своих кумиров, так и обычных людей, к которым испытывают чувства. Они одержимы своим желанием завоевать внимание и расположение своих жертв. Такие преследователи убеждены, что право добиваться желаемого любым способом важнее соблюдения личных границ и норм приличия. Несмотря на отказы и предупреждения, они продолжают настойчиво вторгаться в чужую жизнь, ожидая признания и принятия. В случае отказов способны вести себя агрессивно [241, с. 5–7].

Четвертый тип – «коллективные кибersталкеры». Коллективные кибersталкеры – это организованные группы людей, осуществляющие скоординированную травлю и преследование жертвы в интернете с целью её дискредитации и принудительного исключения из кол-

лектива или организации. Их методы сталкерства включают угрозы, массовые рассылки спама, взлом личных аккаунтов и публичное высмеивание в сети. Ведя скрытую виртуальную кампанию против жертвы, коллективные кибersталкеры вынуждают ее покинуть коллектив под влиянием нарастающего психологического давления [241, с. 9].

Представленные выше формы киберагрессии, осуществляемые системно, К. Кириаку и А. Зуин относят к проявлению кибербуллинга [233, с. 2]. Термин «кибербуллинг» происходит от слияния слов *cyber* (все, что связано с компьютерами) и *bullying* (травля). Под ним подразумеваются преднамеренные агрессивные действия против выбранной жертвы, систематически осуществляемые на протяжении продолжительного времени группой или отдельным индивидом посредством информационных технологий [251, с. 20]. Целью киббербуллинга является унижение, запугивание, распространение клеветы и личной информации о жертве травли. Кибербуллинг оказывает значительное влияние на психическое здоровье человека, вызывая такие проблемы, как депрессия, тревожность, низкая самооценка и мысли о самоубийстве.

Кибербуллеры для унижения, запугивания своей жертвы могут использовать публичное оскорбление в социальной сети, слежку и преследование, сопровождаемое регулярными угрозами, вмешательством в личную жизнь (кибersталкинг). В исследовании П. Нанда, Р. Переры, А. Кастуре описываются основные индикаторы кибербуллинга среди подростков. Интернет-травля в сети чаще все-

го строиться на сексуальном унижении, угрозе смерти, подчеркивании внешних недостатков жертвы [242, с. 699].

Кибербуллеры нередко выставляют в интернет подробности личной жизни жертвы, разглашают секреты, факты биографии или содержание частных переписок, которые вызывают общественный резонанс и осуждение. Более сложной стратегией кибербуллеров является создание с помощью фотошопа фотографий, компрометирующих жертву, или распространение дискредитирующей информации через взломанный аккаунт или через фиктивный профиль, созданный специально для этой цели. Эти стратегии нацелены на формирование негативного общественного мнения о жертве в сети, что имеет социальные последствия. Жертву кибербуллинга часто исключают из интернет-сообщества или группы, отказывают ей в общении, удаляют из «списка друзей». Такой виртуальный остракизм может снижать самооценку жертвы и переживаться как социальная смерть.

Кибербуллеры нередко используют хеппислепинг (от английских слов *happy* (счастливый) и *slapping* (ударять ладонью). Этот феномен представляет собой интеграцию оффлайн-агрессии с последующей передачей зафиксированного эпизода в цифровое пространство для распространения и усиления эффекта травматизации жертвы. Виртуализация буллинга многократно усиливает негативные последствия для жертвы, делая хеппислепинг наиболее опасным и разрушительным проявлением агрессии [45, с. 319–320].

Буллеры имеет типичные психологические черты. У них низкий уровень развития эмпатии и коммуника-

тивных компетенций. Они не умеют разрешать конфликты социально приемлемыми способами. Для буллеров характерна импульсивность, низкая доброжелательность и добросовестность, высокая экстраверсия. Ф. Тани, описывая особенности поведение буллеров, отмечает, что они часто занимаются высокоэнергичной деятельностью – спортом, играми, которые не требуют сотрудничества со своими сверстниками, а предполагают открытое соперничество, демонстрацию силы [252, с. 133].

В исследовании, проведённом учеными Дж. Пелучетте, К. Карлом, К. Вудом и У. Дж. Уильямом, изучалось поведение пользователей социальных сетей с точки зрения психологических особенностей, связанных с виктимным поведением – склонностью становиться жертвами в различных негативных ситуациях онлайн [243]. Было доказано, что жертвы преследования кибербуллеров чаще всего экстровертированные личности, эмоционально открытые новому опыту. Экстровертированные личности легко вступают в контакт с окружающими людьми, активно участвуют в жизни сообщества и склонны делиться личной информацией в открытых источниках. Данные люди готовы воспринимать новые идеи, экспериментировать даже в ситуациях риска. Такое поведение увеличивает вероятность стать объектом кибербуллинга, мошенничества, кражи персональных данных и др. В исследованиях С. Челика, Х. Атака, А. Эргузена отмечается, что для жертв кибербуллинга характерен также нейротизм – склонность к негативным эмоциям, уязвимость к стрессовым ситуациям [221, с. 142].

Г. У. Солдатова, С. В. Чигарькова, Е. Ю. Никонова, Д. А. Виницкий, А. Е. Попков отмечают, что при столкновении с агрессией в виртуальном пространстве пользователи склоны выбирать одну из перечисленных ролей: помощник агрессора (присоединяется к действиям агрессора), сторонник агрессора (поощряет действия агрессора), пассивный свидетель (не вмешивается в ситуацию) и защитник жертвы (поддерживает жертву) [172, с. 27].

Среди молодежи преобладает роль пассивного свидетеля. Пассивные свидетели киберзапугивания подвергаются существенному эмоциональному воздействию, они испытывают чувство вины, беспомощности и дискомфорта при виде страданий жертвы буллинга. Однако пассивно наблюдает за происходящим, не предпринимая попыток оказать помощь жертве [235]. Данный феномен получил название эффект свидетеля (синдром Дженовезе). Исследования показали, что подобное поведение объясняется рядом факторов: диффузией ответственности, отсутствие социального доказательства, страх осуждения. Диффузная ответственность представляет собой социально-психологический феномен, при котором наличие большого числа участников в ситуации уменьшает субъективное чувство ответственности каждого отдельного индивида за совершение какого-либо действия или решение проблемы. В этой ситуации люди предполагают, что кто-то другой возьмет инициативу на себя и поможет жертве. Часто пассивные наблюдатели не действуют в критической ситуации, потому что ждут от других людей социальное доказательство того, что разворачивающиеся события являются ненормальными. Наблюдатели пытаются опреде-

лить, насколько ситуация серьезна, основываясь на реакции окружающих. Если никто не действует, остальные могут решить, что происходящее нормально или менее опасно, чем кажется. Некоторые пользователи не вмешиваются из-за страха выглядеть глупым или стать объектом осуждения [219, с. 15]. Также пассивные свидетели могут считать, что у них нет достаточных навыков разрешения конфликтов между агрессором и жертвой.

Молодое поколение менее чувствительно к киберагрессии, по сравнению с формами агрессивного поведения в реальной жизни. Киберагрессия разворачивается в виртуальной среде, что обеспечивает физическую безопасность и эмоциональную дистанцию от агрессора. Возможность закрыть браузер, заблокировать аккаунт или отказаться от дальнейшего взаимодействия существенно снижает остроту переживаний и предотвращает длительное стрессовое воздействие. Благодаря этому современная молодежь воспринимает киберагрессию как менее опасную угрозу, что влияет на снижение уровня тревожности и повышение устойчивости к таким инцидентам [172, с. 28].

Представленные формы агрессии, реализуемые в виртуальном пространстве, затрагивают все возрастные группы. Считается, что наиболее часто проявляют киберагрессию в межличностной коммуникации подростки.

В научно-исследовательской литературе не представлены исследования, непосредственно оценивающие число подростков, выступающих в роли агрессоров в интернете, но доступны эмпирические данные, позволяющие косвенно оценить уровень распространенности ки-

бербуллинга в среде подростков и сделать некоторые предположительные выводы относительно склонности поколения альфа и зуммеров к агрессивному поведению в виртуальном пространстве. В 2009–2010 г. в рамках исследовательского проекта *EU KidsOnline II*, в котором приняли участие 26 европейских стран, включая Россию, было выявлено, что каждый пятый подросток в Европе (19 %) и каждый четвертый в России (23 %) были жертвами травли офлайн и онлайн. По этим данным можно лишь предположить, что уровень потенциальных агрессоров, вероятно, соответствует долям тех, кто становится жертвой буллинга. Иначе говоря, если каждый четвертый ребенок в России страдает от травли, значит, существует сопоставимая пропорция подростков, активно участвующих в таком виде агрессии. Однако нельзя однозначно утверждать, что агрессоры обязательно принадлежат той же возрастной категории, что и жертвы. Вполне допустимо существование ситуаций, когда представители другого поколения используют сеть для выражения агрессии против несовершеннолетних. Требуются дополнительные исследования, специально направленные на выяснение характеристик агрессоров, взаимодействующих с детьми и подростками в виртуальном пространстве. Такие исследования могли бы пролить свет на истинные масштабы и механизмы проявления киберагрессии, способствуя созданию эффективных механизмов защиты подрастающего поколения.

Считается, что подростковая агрессия связана в какой-то степени с гормональной перестройки организма, подростки становятся более эмоционально чувствитель-

ными и могут испытывать резкие смены настроения, повышенную тревожность, раздражительность. Подростковый возраст является периодом маргинальной социализации, поскольку подросток находится в пограничном положении между различными социальными и возрастными группами, что накладывает определенный отпечаток на его психику: он становится менее контактен в общении, агрессивен, эгоцентричен [12, с. 39]. В молодом возрасте еще продолжают формироваться когнитивная и эмоциональная сферы регуляции поведения [64, с. 279]. Подростки в полной мере еще не освоили навыки самоконтроля, поэтому в общении могут вести себя импульсивно и агрессивно. Они стремятся к самостоятельности и независимости, протестуют против строгих рамок и контроля со стороны взрослых, пытаются брать на себя больше ответственности за свою жизнь. Каждый подросток желает занять значимое место в коллективе, у него существует потребность самоутвердиться и проявить собственную индивидуальность в группе. Такое стремление может способствовать раскрытию личностных качеств, развитию способностей и проявлению талантов. Однако если подросток имеет внутренние комплексы, испытывает страх осуждения или сомнения в собственных возможностях, он может самоутверждаться деструктивными способами. Интернет создает условия для компенсации чувства неполноценности через принижение другого. Это подтверждается результатами исследования Р. Фэриса и Д. Фелмли, проведенное среди старшеклассников 19 американских средних школ (более 8 тыс. опрошенных). Моделировании взаимоотношений между подростками показало, что травле

со стороны сверстников зачастую подвергаются популярные среди одноклассников подростки, в которых недоброжелатели видят соперников [228, с. 232]. Стремясь компенсировать внутреннюю неуверенность, подросток может прибегнуть к агрессии как способу завоевать авторитет среди окружающих.

Некоторые авторы в качестве основных причин, способствующих распространению киберагрессии, называют особенности виртуальной коммуникации [120, с. 92]. Интернет позволяет скрываться за никнеймом или аватаркой, снижая чувство ответственности за свои слова и поступки. Это создает ощущение безнаказанности, которое приводит к мысли о том, что можно не сдерживать свою агрессию. Данный феномен получил название «расторможенности», когда отсутствие непосредственного контакта и обратной эмоциональной реакции создает у агрессора ощущение отсутствия личной ответственности [47, с. 97].

В реальной жизни такие признаки, как выражение лица, жесты, тон голоса и реакция жертвы на агрессивные действия, играют роль своеобразного тормоза, сдерживая дальнейшее развитие конфликта. Видя страдания и боль другого человека, большинство людей испытывает дискомфорт и стремится прекратить свое негативное воздействие. Однако в онлайн-пространстве эти сигналы практически отсутствуют. Текстовые сообщения, комментарии и даже голосовые сообщения лишены богатого спектра невербальных элементов, присущих живому общению. Именно эта особенность виртуальной среды значительно ослабляет внутренний механизм саморегуляции агрессии, позволяя людям продолжать свою враждебность гораздо

дольше, чем они бы сделали в реальных условиях. Когда человек не видит непосредственных последствий своего поведения, ему сложнее осознать реальный ущерб, наносимый другим участникам общения.

В интернете подростки чаще всего осуществляют коммуникацию в онлайн-сообществах. Каждое из них объединяет людей с общими интересами и взглядами. Они создают эффект «эхо-камер», формируя закрытые информационные системы, где высказывания и убеждения членов группы многократно усиливаются и закрепляются взаимным согласием. Подростковый период, характеризующийся активным поиском идентичности и формированием самостоятельности, одновременно сопровождается стремлением к признанию со стороны сверстников. Такое противоречие обусловливает сложную динамику поведения подростков в виртуальном пространстве: с одной стороны, потребность выделяться и демонстрировать свою уникальность, с другой – ориентация на ожидания группы, страх оказаться вне ее границ и потерять социальную поддержку. В результате формируется особая уязвимость подростков к восприятию и воспроизведению агрессивных практик, рассматриваемых членами сообщества как необходимых для поддержания статуса. Таким образом, возрастные особенности, специфика виртуальной коммуникации делает подростков особой категорией риска, нуждающейся в специальной поддержке и внимании со стороны семьи и школы.

Следует отметить, что виртуальная коммуникация само по себе не побуждает агрессию. Она лишь служит индикатором для обнаружения темной стороны личности

пользователя, которая проявляется в виде актов вербальной агрессии, психологического давления или перверсивного поведения [32, с. 67]. Агрессия в интернет-пространстве выступает зеркальным отображением процессов, происходящих в повседневной жизни человека и общества в целом. Высокая степень агрессии в интернет-пространстве свидетельствует о накопившихся проблемах реальной жизни, об отсутствии ясных перспектив и устойчивых ориентиров, необходимых для их конструктивного общения.

Основной причиной киберагрессии является неблагоприятная агрессивная атмосфера в коллективе людей, с которыми взаимодействует человек в своей повседневной жизни (семья, школа, университет, работа). Если в нем случаются постоянные конфликты, присутствует давление и жесткий контроль, происходит нарушение личных границ, физическое или психологическое насилие, то длительное пребывание в такой обстановке вызывает у индивида хронический стресс и потребует психологической разгрузки, выхода накопившихся негативных эмоций. Интернет дает возможность анонимно выплеснуть агрессию, избегая негативных последствий. Как следствие, молодые пользователи, которые сами подвергались агрессии, начинают воспринимать онлайн-среду как площадку для отыгрывания негативных эмоций, которые накапливаются в реальной жизни. Наблюдение агрессивного поведения со стороны старших родственников, одноклассников, одногруппников, учителей, преподавателей, коллег может стать для молодого человека примером, который он будет подсознательно переносит в интернет-

сферу. Проявления агрессии и пренебрежительного отношения, замечаемые ежедневно, формируют ложную убежденность, что подобные действия являются нормальной формой взаимодействия и эффективным способом самоутверждения.

Действительность, наполненная стрессовыми ситуациями и конфликтами, способна снижать чувствительность людей к переживаниям окружающих. Это ведет к утрате способности к эмпатии, что ослабляет внутренние моральные ограничения перед проявлением агрессии. Итогом такого процесса может стать рост частоты и интенсивности проявлений киберагрессии, вызванных неспособностью справиться с жизненными трудностями иначе, кроме как путем эскалации конфликтов в интернете.

Таким образом, интернет-дискурс и повседневная действительность взаимно обуславливают друг друга. Интернет-дискурс формируется на основе реальных общественных событий. То, что происходит в физической реальности, активно отражается в цифровом пространстве. Столкновение с травлей, социальной несправедливостью, отсутствие перспективы в профессиональном и личностном становлении и недовольство жизнью вызывают сильные негативные переживания, которые могут найти выход в агрессивных комментариях и действиях в сети. С другой стороны, информационные потоки, циркулирующие в интернете, оказывают обратное воздействие на реальную действительность. Интернет усиливает эффекты агрессии за счёт особенностей виртуального пространства. Анонимность, дистанцированность, механизмы лайков,

репостов и вирусное распространение информации могут способствовать быстрому росту популярности агрессивных высказываний, которые способны повлиять на массовое сознание. Агрессивные настроения, зародившиеся в сети, могут стать катализаторами конфликтов в реальной жизни, спровоцировать ожесточенные споры и беспорядки. Таким образом, коммуникативная динамика всегда фиксирует трансформацию социальных связей и отношений между людьми в реальном мире. Язык, в случае увеличения количества проблем и нарастания конфликтности, активно продуцирует различные формы речевых атак и приводит к распространению социального напряжения [85, с. 167].

На данный момент времени проблема киберагрессии затрагивает миллионы пользователей интернета. Эффективная борьба с данным негативным явлением предполагает принятие комплексных мер. Прежде всего они включают правовое регулирование, которое предусматривает установление четких правил поведения в интернете и наказания за их нарушение. Защита от киберагрессии предполагает совершенствование технических средств, внедрение продвинутых механизмов фильтрации контента и выявление потенциальных угроз в интернете.

В образовательных учреждениях должна вестись просветительская работа с целью повышения осознания рисков и возможных последствий нарушения этики поведения в виртуальном пространстве. Следует повышать уровень цифровой и медиаграммотности молодежи путем внедрения специализированных курсов в школьные и вузовские программы. Обучение навыкам цифровой и ме-

диаграмотности поможет молодежи ориентироваться в сложном информационном ландшафте, критически оценивать онлайн-контент, отличать достоверную информацию от дезинформации и понимать последствия своих действий в интернете.

Исследование, проведенное К. Л. Мейсон, показывает, что для снижения воздействия киберагрессии на представителей цифрового поколение следует повышать их осведомленность в вопросах психического здоровья, используя привычные для них цифровые каналы [240, с. 345]. Исходя из этого, представляется целесообразным инициирование создания специализированных онлайн-сообществ, посвященных поддержанию психоэмоционального благополучия, позволяющих разрабатывать эффективные стратегии преодоления различных форм негативного воздействия, таких как агрессия, тревога и хронический стресс, а также способствующих оперативному информированию о местах оказания квалифицированной психологической помощи. Педагоги, психологи, родители могут сотрудничать в создании и модерации таких сообществ. Данные сообщества в целом должны быть ориентированы на развитие культуры сопереживания, взаимной поддержки и открытого диалога среди молодежи. Их основная задача заключается в создании благоприятной атмосферы внутри сообщества, где каждый участник смог бы почувствовать себя уверенней, осознавая, что он не останется одни перед лицом трудностей, а получит моральную поддержку и практические советы от единомышленников, находящихся в сходной жизненной ситуации.

Образовательные учреждения совместно с семьями обязаны участвовать в процессе воспитания нравственной культуры подрастающего поколения, целенаправленно развивая моральные качества и ценности, необходимые для гармоничного развития личности в обществе. Они должны создавать благоприятную поддерживающую атмосферу, показывая положительные образцы взаимоотношений, которые основаны на уважении, взаимопонимании и открытости.

2.3. Проблемы эмоционально-волевой сферы и поведенческие особенности цифрового поколения

Эмоционально-волевая сфера личности представителей цифрового поколения испытывает значительное влияние современных информационных технологий, оказывающих глубокое воздействие на психологическое развитие молодых людей в условиях XXI века. Результаты многих исследований показывают, что представители цифрового поколения находится в цифровом пространстве ежедневно от 1 до 5 часов [154, с. 233]. Причем значительная доля этого времени приходится на мобильные устройства, которые используются для серфинга социальных сетей, чтения новостей, общения и развлечения. Важно отметить, что молодежь придерживается мнения о приоритетности реального мира над виртуальным пространством, но присутствуют небольшие группы лиц, отдающих предпочтение цифровому миру перед повседневной действительностью [154, с. 234].

Длительное нахождение в сети Интернет вызывает у большинства молодых людей позитивные эмоции, по-

скольку цифровая среда открывает для них большие возможности для личностного развития [154, с. 232]. Цифровая среда обеспечивает быстрый доступ к разнообразной информации, дает возможность выстраивать общение с людьми, находящимися на расстоянии, открывает новые перспективы для образования, карьеры и бизнеса. Молодые люди получают доступ к онлайн-курсам, дистанционному обучению, фрилансу и стартапам, получая возможность развить необходимые для профессиональной деятельности компетенции.

Цифровые платформы предоставляют для молодежи возможность самовыражения. Молодое поколение активно участвует в создании контента, публикуя результаты своего творчества в блогах, социальных сетях и видеохостингах. Таким образом, цифровая среда для молодого поколения открывает обширные горизонты для самореализации, что усиливает дух свободы и независимости, повышает стремление молодежи к проявлению инициативности, самостоятельности и креативности.

Современная молодежь глубоко интегрирована в динамично развивающуюся цифровую среду, характеризующуюся постоянными изменениями и высокой скоростью обновления информации. Под влиянием трансформации информационно-коммуникационной сферы ускоряется темп жизни молодого поколения, что создает дополнительные трудности в процессе адаптации и сохранения психоэмоциональной устойчивости. Рассмотрим, с какими психоэмоциональными рисками, обусловленными пребыванием в интернет-пространства, сталкивается молодое поколение.

Основной проблемой цифрового поколения, связанной с эмоционально-волевой сферой, является увеличение психического напряжения при взаимодействии с цифровой средой, которая переполнена информационным шумом. Под информационным шумом подразумеваются элементы формальной организации текста, препятствующие восприятию информации – искажающие ее или делающие невозможной ее рецепцию [75, с. 149].

И. М. Дзялошинский, М. А. Пильгун выделяют три ключевые причины появления информационных шумов. Первая причина – это большое количество противоречащих друг другу точек зрения, которые затрудняют восприятие и обработку информации. Вторая – сопровождение фактов сложными теоретическими комментариями. Не обладая специальными знаниями, зрители или читатели не могут быстро разобраться в сути вопроса, что усиливает информационную нагрузку. Третья причина – это быстрое обновление информации в интернет-пространстве. Высокая скорость поступления новой информации лишает аудиторию возможности своевременно оценить и обработать полученные данные. Люди вынуждены постоянно переключаться между разными каналами и новостями, испытывая недостаток времени для глубокого осознания полученной информации [69, с. 98].

Информационный шум ведет к постоянным информационным перегрузкам цифрового поколения. Информационная перегрузка рассматривается П. Гордоном как состояние, при котором набор информационных сигналов, характеризующихся избыточностью, противоречивостью и рассогласованностью, препятствует принятию оп-

тимального решения [230, с. 485]. Когнитивная перегрузка возникает в связи с ускорением цифровых потоков и ухудшением качества потребляемых данных, появлением информационного мусора [146, с. 112]. Информационная перегрузка ведет к истощению нервной системы, усталости, раздражению, апатии из-за проблем с концентрацией внимания, осмысления и переработкой поступающих разнородных сведений.

Нередко цифровое поколение теряется в изобилии нерелевантных и непроверенных сведений, испытывает растущее чувство тревоги из-за утраты чувства контроля над потоками информации. В условиях информационного шума человеку сложно фильтровать объективную и значимую для себя информацию, что ведет к дезориентации в пространстве медиа и искаженным представлениям о действительности. Ошибочные взгляды человека относительно реальности затрудняют ориентацию в окружающем мире и препятствуют установлению социальных связей и вызывает чувство тревоги [74]. Чувство тревоги может преобразоваться в хронический стресс, если оно приобретает постоянный характер и сопровождается длительным физическим и эмоциональным напряжением. Таким образом, потеря контроля над потоками информации вполне закономерно становится одной из ключевых причин хронического стресса современного общества.

Информационная перегрузка, по мнению А. К. Полянина и Ю. В. Андреева, создается либо когда медиа интенсивно воздействуют на сознание избыточной информацией, либо когда сам человек осуществляет ее чрезмерное неконтролируемое потребление [146, с. 112].

Представляет интерес феномен чрезмерного неконтролируемого потребления. Современные технологии облегчают доступ к данным, что ведет к бесконтрольному поглощению информации даже тогда, когда она не несет практического значения или пользы. Подобное поведение приводит к насыщению информацией, которое сравнимо с перееданием пищи, и может вызывать негативные последствия в виде дискомфорта и ощущения тяжести. Чрезмерное потребление информации стимулирует возникновение синдрома *FOMO*, которому подвержены некоторые представители цифрового поколения.

Аббревиатура *FOMO* расшифровывается как «*Fear Of Missing Out*», что в переводе означает «страх упущенной выгоды» или «синдромом упущенной возможности». Автором этого термина является Патрик Джеймс Макгиннис. Данный термин описывает психологический феномен, связанный с беспокойством и тревогой по поводу возможной потери важной информации, интересного события или нового опыта [245, с. 1843]. Особенно ярко этот синдром проявляется в эпоху повсеместного распространения социальных сетей и быстрого обмена информацией. Человек боится пропустить что-то ценное и важное для себя, поэтому стремится постоянно находиться в сети для отслеживания контента других пользователей. Индивид с синдромом *FOMO* боится прежде всего выпасть из жизни, что заставляет его часто проверять мессенджеры, почту, социальные сети [19, с. 82].

К признакам синдрома *FOMO* относятся просматривание ленты в социальных сетях, стремление постоянно принимать участие в социальных коммуникациях, жела-

ние быть в центре внимания сообщества (группы) и получать от них социальное одобрение [147, с. 124].

Следует отметить, что «синдром упущенных возможностей» имеет экзистенциальные корни, так как непосредственно связан с основополагающими аспектами человеческого существования, такими как конечность жизни, ограничение временных ресурсов и стремление наполнить жизнь смыслом [147, с. 125]. Жизнь каждого человека ограничена во времени, осознание этого факта порождает внутреннюю борьбу: человек стремится прожить полную и насыщенную жизнь при этом осознает невозможность воспользоваться всеми данностями, поэтому заранее сожалеет о тех моментах, которые будут упущены.

Человек, наблюдая за жизнью других людей в сети, может столкнуться с демонстрацией их активной включенности в проживание радостных событий. Идеализированные картины жизни других людей на фотографиях и видео могут привести индивида к осознанию упускаемых возможностей. Это может послужить мотивирующим импульсом для самосовершенствования и конструктивного преобразования собственного существования. Вместе с тем существует большая вероятность, что индивид остановится на непродуктивной рефлексии и будет заниматься самобичеванием.

С синдромом *FOMO* тесто связана фиксация личности на внешнем одобрении. В современном обществе, ориентированном на цифровые технологии, формируются специфические механизмы самореализации, зависящие от публичных проявлений симпатии и поддержки со сто-

роны окружающих. Влияние внешней оценки возрастает многократно благодаря социальным сетям, где пользователями оценивается каждое действие в интернет-пространстве. В своей работе Ш. Теркл проводит анализ поведения цифрового поколения в сети, отмечая, что оно приобретает компульсивно-навязчивый характер. Молодежь привыкла постоянно находиться онлайн, переписываться с друзьями и просматривать контент, проверять реакцию друзей и подписчиков в социальных сетях на опубликованный пост или комментарий. Современные молодые люди испытывают сильное желание получать положительные отзывы, лайки и репосты. Постоянное наблюдение за реакцией окружающих формирует устойчивую зависимость от внешнего подтверждения своей ценности и успешности. Молодежь, обращаясь к социальному признанию со стороны других пользователей, стремиться таким образом повысить свою уверенность и снизить тревогу [254].

Социальные сети служат своего рода площадкой для подтверждения собственного статуса и социального признания, предоставляя возможность визуализации достижений и позитивных моментов жизни. Однако высокая конкуренция внутри цифровой среды делает этот механизм крайне нестабильным.

Многие пользователи активно делятся информацией о своих успехах в учебе, карьере, личной жизни, нередко формируя идеализированные представления о собственном «Я» и о своей повседневной жизни. Такая демонстрация успеха становится источником психологического давления, приводящего к постоянному сравнению своих ре-

зультатов с достижениями окружающих. Регулярный просмотр представлений о чужих успехах формирует иллюзорные образы благополучия, вызывая недовольство собой и своим социальным положением. Стремление соответствовать ожиданиям общества и желание получать одобрение ведут к формированию нереалистичных стандартов и чувству собственной неполноценности, что служит основой для формирования деструктивного перфекционизма. Длительное воздействие механизма социальной конкуренции в сети повышает уровень тревожности и стресса.

Зарубежные исследования показывают, что синдром *FOMO* и фиксация на одобрении особенно сильно угрожают психическому здоровью детей подросткового возраста. Подростки часто склонны сравнивать собственную жизнь с представленной в социальных сетях, что приводит к субъективному ощущению собственной неполноценности и усиливает социальную изоляцию ребенка. Постоянное сравнение себя с другими способствует формированию низкой самооценки и хронической неудовлетворённости жизнью, приводящей к депрессии и аутоагрессии [245, с. 1845].

Для минимизации негативного влияния цифровой среды на эмоционально-волевую сферу личности рекомендуется применение стратегий, направленных на формирование здоровых цифровых привычек у молодого поколения. К таким стратегиям относятся установление временных рамок использования социальных сетей, активное вовлечение в коллективные виды деятельности, вызывающие положительные эмоции. Роль педагогов и родителей заключается в том, чтобы показать ценности

реального жизненного опыта по сравнению с идеализированными репрезентациями в виртуальном пространстве [245, с. 1846].

Поскольку цифровая молодежь большое внимание акцентирует на внешнем одобрении, то она восприимчива к критике и публичным оценкам. Молодежь щепетильно относятся к оскорблениям в социальных сетях, поскольку те остаются не только в памяти свидетелей, но и в публичном доступе. Чувство принадлежности и принятия важны для каждого человека, особенно в юности, когда человек обладает повышенной чувствительностью к эмоциям и переживаниям. Молодые люди в силу возраста остро воспринимают любые формы критики, даже самые незначительные. Поскольку для представителей цифрового поколения социализация проходит не только во внешнем мире, но и в социальных сетях. Соцсети становятся своеобразным инструментом определения степени своего включения в социальную группу. Отрицательные отзывы и публичные осуждения воспринимаются ими как угроза отношениям с окружающими и социальному положению в группе.

Интересным феноменом является реакция современной молодежи на критику. Если предшествующие поколения молодых людей реагировали на критику преимущественно посредством активной защиты себя и своей точки зрения или с помощью прямой агрессии, или аргументации собственной правоты в открытом диалоге, то представители цифрового поколения демонстрируют качественно иной подход к восприятию критики благодаря специфике взаимодействия с информационным пространством.

Электронные средства коммуникации предоставляют широкий набор инструментов для управления реакциями на негативное мнение извне. Так, доступность блокировок и фильтров позволяет минимизировать влияние нежелательной обратной связи, практически исключая прямое столкновение с неприятными высказываниями. Эта стратегия «игнорирования», поддерживаемая возможностями цифровой среды, помогает молодым пользователям дистанцироваться от дискомфорта, вызванного критическими замечаниями, предотвращая тем самым конфликты. Следует отметить, что игнорирование в некоторых случаях может рассматриваться как проявление пассивной агрессии, когда человек намеренно не обращает внимание на собеседника с целью его уязвить.

Стратегия «игнорирования», используемая представителями цифрового поколения в виртуальной среде, также распространяется и на реальные жизненные ситуации. Данный феномен проявляется в формировании особого стиля общения, отличающегося лаконичностью и отсутствием стремления вступать в длительные дискуссии или оправдывать свои взгляды. Ярким примером является знаменитая фраза «*Okey boomer*», появившаяся 2019 году и ставшая символом отказа от участия в диалоге с предыдущими поколениями, с устоявшимися взглядами и ценностями, которые молодежь не хотела разделять. Такой отстраненный подход молодежи направлен прежде всего на сохранение внутреннего спокойствия. Во взаимоотношениях она стремиться избежать ненужных споров, хотя это может препятствовать конструктивным решениям возникающих разногласий.

Склонность к избеганию конфронтаций и открытого столкновения взглядов у молодого поколения может иметь как положительные, так и отрицательные последствия. К положительным сторонам этого явления можно отнести сохранение нейтральных отношений с окружающими людьми, экономию сил и энергии, которую можно направлять на более важные задачи и интересы. Однако наряду с этими преимуществами, существуют и серьезные недостатки, возникающие вследствие чрезмерного уклонения от прямого выражения своего мнения и позиции. Избегание сложных конфликтов тормозит личностное развитие, лишая возможности научиться аргументированно защищать свое мнение и уважительно обсуждать разногласия во взглядах. Желание уходить от споров и неприятных ситуаций может привести к изоляции, ограничению участия в общественной жизни. Приверженность нейтральной позиции может стать чертой характера, затрудняющей самостоятельное принятие решений и ответственность за собственные поступки.

Менее распространенной реакцией на критику является киберагрессия. Большинство молодых людей понимает, что кибератаки могут иметь серьезные последствия. Даже легкие случаи троллинга или хейта могут повлечь санкции со стороны школы, университета или работодателя. Открытая киберагрессия редко поддерживается большинством и может повлиять на репутацию агрессора, сделав его объектом осуждения. Многие представители молодого поколения не склонны к риску и следят за своим виртуальным имиджем. Возможность оставить в истории цифровой след служит сдерживаю-

щим моментом для проявления агрессии в интернете. Кроме того, активное ведение борьбы в интернете требует значительных вложений времени и эмоциональных ресурсов.

Среди проблем эмоционально-волевой сферы молодежи отмечается снижение волевых способностей, сопровождающееся пассивностью в деятельности, направленной на получении долгосрочных результатов. Молодое поколение имеет привычку удовлетворять потребности здесь и сейчас, может испытывать трудности в выполнении работы, требующей большой концентрации внимания и самодисциплины. Истоки возникновения проблемы снижени волевых способностей следует искать в особенностях цифровой среды, в которую погружена цифровая молодежь.

Современные технологии наполняют жизни молодежи яркими впечатлениями, предлагают мгновенное удовлетворение их запросов, обеспечивают быстрый доступ к необходимой информации и услугам, сокращая временные затраты на достижение поставленных целей. Быстрое достижение желаемых результатов в условиях цифровой среды способствует формированию у молодого поколения аналогичных ожиданий относительно реализаций потребностей в повседневной жизни. Обычные жизненные ситуации, связанные с необходимостью ждать, прилагать усилия для приобретения необходимых знаний, умений, навыков, преодолевать трудности вызывают у молодежи фрустрацию и снижение интереса к происходящему. Возникает внутренний конфликт между ожидаемым быстрым результатом и реальностью. Легкое разре-

шение любых вопросов в виртуальном пространстве снижает порог чувствительности к неудачам и разочарованиям в реальной жизни. Любая сложность воспринимается как нечто чрезвычайное и трудно преодолимое, провоцируя чувство бессилия и отчаяния.

Современная цифровая среда характеризуется высоким уровнем доступности различных форм развлечений, которые переключают внимания с приоритетных занятий – учебы и работы – на менее значимые, но приятные занятия. Эти факторы не являются прямой причиной прокрастинации, однако существенно облегчают уход в нее, создавая препятствия для формирования устойчивой самодисциплины и мотивации к выполнению важных задач.

Частые обращения к смартфонам, социальным сетям и другим источникам получения быстрого удовольствия могут постепенно превратиться в привычку, от которой сложно избавиться. Цифровые устройства становятся частью повседневной рутины, уменьшая способность самостоятельно находить радость вне виртуального мира.

В современных зарубежных исследованиях показано влияние использования интернета на уровень дофамина в организме. Дофамин представляет собой гормон и нейромедиатор, играющий ключевую роль в системе вознаграждения мозга. Когда человек получает удовольствие или ожидает приятное событие, уровень дофамина повышается, вызывая ощущение радости, удовлетворения и мотивации продолжать действовать определенным образом [234]. Получение сообщений, лайков, положительных комментариев, просмотр интересного контента, участие в интернет-играх вызывают выброс дофамина и приводят

к кратковременному повышению настроения. В исследовании Мин Лю, Цзянхун Ло демонстрируется, что постоянная стимуляция мозга такими сигналами может приводить к привыканию и для поддержания прежнего уровня удовольствия потребуется все больше новых впечатлений. Цифровые медиа, социальные сети и видеоигры вызывают постоянный выброс дофамина, что приводит к снижению чувствительности дофаминовых рецепторов и развитию зависимости [236, с. 9945]. Американский психиатр и нарколог А. Лембке отмечает, что интернет-зависимость повышает тревожное и депрессивное состояние, как раз из-за снижения чувствительности дофаминовых рецепторов, поэтому способом выхода из такого состояния является «дофаминовое голодание» – полный отказ от всех экранных устройств на месяц, что помогает восстановить баланс дофамина и снизить симптомы зависимости. После дофаминового голодания человек может возвращаться к интернет-развлечениям в умеренных количествах без вреда для психического здоровья. Автор подчеркивает, что сбалансированное отношение к цифровым удовольствиям, осознанное ограничение времени в интернете и построение близких социальных связей помогают избежать пагубного эффекта зависимости и сохранить психологическое равновесие [234].

Формирование интернет-зависимости у молодого поколения усугубляется развитием технологий персонализации контента, когда он подбирается исходя из предпочтений пользователя. Это усиливает зависимость от цифрового пространства и затрудняет возвращение к делам повседневной жизни. Из-за постоянного обращения

к развлекательному контенту нарушается баланс между трудом и отдыхом, что приводит к усталости, снижению работоспособности, ухудшению физического здоровья.

Кратковременные удовольствия, получаемые при просмотре контента, носят преимущественно поверхностный характер. Они быстро проходят, оставляя чувство неудовлетворенности и вины за потерянное время. Постоянное погружение в цифровую среду может препятствовать реализации внутреннего потенциала личности и достижению важных жизненных целей и снижает качество жизни, поскольку молодежь не нацелена на получение результатов в более отдаленной перспективе [43, с. 25]. Сейчас в молодежной среде наблюдается тенденция, которая заключается в ориентации на быстрый успех и достижения поставленных целей в короткие сроки. Молодежь не готова осуществлять длительную подготовку для достижения результата.

Настроенностью молодежи на быстрый результат отражается на отношении к образованию и профессиональной деятельности. Цифровая среда дает свободный доступ школьникам и студентам к разнообразным источникам учебной информации, существенно снижается значимость традиционной роли педагога как проводника знаний и опыта. Сейчас представители цифрового поколения склонны полагаться на сведения, полученные посредством интернет-ресурсов или нейросети, нежели опираться на признанные старшим поколением заключения или устоявшиеся авторитеты [32, с. 25].

Молодежь создает новый цифровой стиль обучения, характеризующийся свободным выбором индивидуаль-

ной траектории освоения учебного материала. Он предполагает выбор содержания обучения. Молодое поколение стремится изучать предметы и дисциплины, опираясь на индивидуальные предпочтения и профессиональные амбиции, не ограничиваясь стандартными программами. Опросы студентов показывают, что традиционные формы занятий в виде потоковых лекций и семинаров, на которых воспроизводится теоретический материал, уже изжили себя. Студенты проявляют больший интерес к альтернативным формам занятий: дискуссиям, деловым и ролевым играм, круглым столам, образовательным квестам, творческим мастерским и др. [132, с. 31–32]. Данные формы организации учебного процесса повышают мотивацию, стимулируют развитие познавательного интереса, самостоятельности, креативности, позволяют освоить коммуникативные и практические навыки, необходимые для будущей профессиональной деятельности.

Цифровой стиль образования включает в себя использование интерактивных форм и методов обучения: геймификации, виртуальных лабораторий, дистанционных образовательных платформ, мобильных приложений и прочих инструментов, повышающих степень вовлеченности и улучшающих восприятие материала. Такой подход создает основу для персонализированного, мобильного и открытого стиля образования, основанного на принципах свободы выбора, индивидуализма и личной инициативы.

Педагогам необходимо учитывать восприятие учебного процесса цифровым поколением. В образовательном процессе преподаватель должен отходить от пассивной

трансляции знаний, направлять свои силы на поддержку самостоятельности и исследовательской активности обучающихся.

Поскольку цифровое поколения испытывает неприятие жесткой вертикальной структуры управления и предпочитает строить отношения на принципах равноправия и партнерства, то оптимальным способом организации учебного процесса является тьюторство, основанное на субъект-субъектном подходе [9, с. 13].

Главная задача педагога-тьютора заключается в оказании помощи в постановке личных целей и определении индивидуальной образовательной траектории. Н. В. Тамарская отмечает, что педагог, использующий технологию тьюторства, не только сопровождает обучающегося в освоении дисциплин, он также работает со смыслами и ценностями. Тьютор должен помогать школьнику или студенту определить свои приоритеты, понять личные ценности и согласовать профессиональные устремления с внутренними убеждениями [183, с. 54].

Современные школьники и студенты имеют доступ к большому объему информации, в которой сложно ориентироваться. Важной задачей преподавателя состоит в формировании компетенций, позволяющих обучающимся уверенно оперировать огромным потоком доступной информации, выбирать надежные источники, критически анализировать и рационально использовать полученные знания в различных сферах жизни. Деятельность преподавателя также должна быть направлена на формирование у обучающихся метакогнитивных компетенций, включающих рефлексию собственного мыслительного процесса, саморегуляцию познавательной деятельности и

осознание особенностей индивидуального познания. В виду того что некоторые представители цифрового поколения испытывают трудности с концентрацией внимания, особое значение приобретает развитие таких способностей, как целеполагание, рациональное планирование, проведение систематического критического анализа полученных результатов, позволяющего скорректировать стратегию дальнейших учебных действий. Для развития данных метакомпетенций О. А. Миронова рекомендует введение коучинга в качестве отдельной учебной дисциплины. Использование коучинга позволит повысить качество образования и сформировать профессионально значимые качества будущих специалистов [132, с. 31–32].

Педагог-тьютор также должен уметь создавать благоприятную, мотивирующую и интерактивную образовательную среду, повышающую познавательную мотивацию и способствующую развитию творческого потенциала обучающихся. Для этого необходимо обеспечить условия, поддерживающие самостоятельные исследования (активное взаимодействие в группе и полноценное участие каждого школьника, студента в образовательном процессе).

В связи с особенностями коммуникации цифрового поколения, возрастает потребность в формировании учебного процесса, ориентированного на равноправное взаимодействие субъектов образования. Это влечет за собой необходимость использования таких активных форм учебной деятельности, как научные дебаты и конструктивные дискуссии, в ходе которых педагог исполняет роль модератора, структурирующего обсуждение, подводящего итоговые выводы и инициирующего дальней-

шее глубокое осмысление проблематики. Данные формы способствуют развитию критического мышления, коммуникативных компетенций и формированию ответственности обучающихся.

Претерпевает значительные изменения не только отношение цифрового поколений к учебному процессу, но и к знанию как таковому. Современная молодежь ориентирована на получение прикладных знаний, которые можно непосредственно применять в жизни и в выбранной профессии. Теоретическая информация, не связанная с решением жизненных или практических задач, воспринимается молодежью скептически. Так О. Ю. Стрелова, М. Д. Осадчий отмечают, что молодое поколение более прагматично, оно готово изучать даже неинтересные им дисциплины ради успешной карьеры, однако гуманитарные предметы могут представляться бесполезными для будущей профессии [178, с. 8]. Однако важно подчеркивать значимость гуманитарных предметов, поскольку именно они формируют критическое мышление, умение анализировать ситуации, эффективно общаться и понимать культурные контексты, что является незаменимым условием успешной адаптации в современном обществе. Прежде всего гуманитарные дисциплины должны давать молодежи инструменты для осмысления самого себя, межличностных взаимодействий, социальной действительности для формирования личной позиции в решении мировоззренческих вопросов и жизненных проблем.

Поскольку современная молодежь практико-ориентирована, то для преподавания дисциплин негуманитарного цикла целесообразно привлекать педагогов-

практиков, достигших успеха в той или иной профессиональной области, обладающих способность интегрировать свой ценный практический опыт в учебный процесс. Это будет способствовать формированию у обучающихся профессиональных компетенций и готовности к эффективной трудовой деятельности [132, с. 31–32].

Цифровое поколение проявляет большую избирательность в выборе изучаемых дисциплин. Преимуществом обладают дисциплины, дающие инструменты для профессионального роста. Молодежи свойственен интерес к профессиям будущего, связанным с цифровыми технологиями, биотехнологиями, энергетикой, организацией экологически чистых производств.

Существенно снижается для цифрового поколения престижность высшего образования, уступая место другим критериям оценки социального успеха. Так в результате исследования С. В. Ситникова было выявлено, что наличие высшего образования не представляется для молодежи необходимым условием получения достойной профессии [167, с. 27]. И. И. Харченко, Н. М. Арсентьева отмечают, что молодежь осознает, что существует много доходных занятий, не предполагающих получения высшего образования, например: блогер, мобильный репортер, создатель роликов и интернет-сайтов, дизайнер ногтей и бровей, диджей, мастер тату, модель и др. Данные занятия, формирующие специфический сегмент «занятости» для молодежи, могут приносить неплохой доход и быть престижными в глазах общества [196, с. 100].

Доктор философских наук А.И. Макаров отмечает, что само по себе системное образования больше не вписы-

вается в современные реалии. Социальная действительность подвергается постоянным изменениям, живя в таких условиях человек должен обладать высокой степенью мобильности, быстро реагировать на социально-политические и экономические перемены адаптацией к меняющимся требованиям рынка труда [125, с. 154].

Рынок труда нестабилен, и профессии, востребованные сегодня, завтра могут оказаться никому ненужными. Для достижения конкурентоспособности на современном рынке труда особое внимание следует уделять развитию универсальных метанавыков, среди которых ключевое значение приобретают коммуникабельность, креативность и способность к постоянному обучению. Сегодня традиционная система образования, ориентированная преимущественно на глубокое освоение специализированных дисциплин, постепенно утрачивает свою значимость. Основная причина заключается в рассогласованности образования и рынка труда: разрыв между профессиональными ресурсами выпускников и требованиями внешней среды [67, с. 65]. Современные профессии требуют постоянного обновления знаний и навыков, особенно в сферах ИТ и науки. Образовательные программы зачастую отстают от реальных потребностей рынка труда. Многие учебные заведения предлагают теоретическое обучение, которое недостаточно подкреплено практической подготовкой, выпускники испытывают трудности в адаптации к профессиональной среде из-за нехватки ключевых метакомпетенций – способности решать комплексные задачи, взаимодействовать с коллегами из разных областей.

Высшее образование для молодежи перестало быть целью само по себе. Цифровое поколение осознает, что получение университетского диплома не является показателем высокого уровня владения профессиональными компетенциями или социальной гарантией на устройство на работу и получения достойного дохода. Молодежь осознает низкую степень соответствия существующих вузовских программ современным требованиям профессии и самостоятельно вынуждено восполнять этот дефицит путём самообучения. Нередко молодежь параллельно с получением образования в высшем учебном заведении проходит дополнительные онлайн-курсы, что позволяет молодым людям расширять кругозор и осваивать смежные направления. Онлайн-курсы, вебинары, образовательные приложения стали важной составляющей образовательного процесса цифрового поколения.

Многие современные исследователи цифрового поколения склоняются к мысли, что цифровое поколение подвержено инфантилизму, ведущему к отложенному наступлению социально зрелого периода жизни [67, с. 64]. Впервые термин инфантилизм стал использоваться в 1864 году французским невропатологом и психиатром Э. Ш. Ласегом. Он определил инфантилизм как особый вид остановки развития личности на ювенальной ступени [1, с. 76]. Данное понятие применяется для обозначения различных нарушений человеческого развития, которые заключаются в сохранении физических и/или психологических характеристик ранних стадий развития до относительно зрелого возраста [16, с. 62]. А. С. Демиденко определяет инфантилизм как состояние, характеризующееся

ценностными и поведенческими установками индивидов, социальных групп, не соответствующими социальным нормам и критериям, предъявляемым со стороны общества в соответствии с их социальным статусом и возрастными особенностями [67, с. 63]. Основными признаками инфантилизма являются: физическое отставание в развитии, эмоциональная нестабильность, эгоизм [1, с. 78], детская беспечность, привычка перекладывать ответственность на других, беспомощность, неуверенность в себе, наличие особой потребности в чьей-либо заботе и авторитетной поддержке [204, с. 271–272], социальная и экономическая несамостоятельность и зависимость от окружающих, эскапизм [118, с. 114], отсутствие мотивации в учебной и трудовой деятельности, задержка нравственного созревания, направленность личности на гедонизм, низкая способность к рефлексии [135, с. 231–232].

Рассмотрим основные доводы исследователей, обвиняющих цифровую молодежь в инфантилизме. Молодежь инфантильна, так как поздно освобождается от родительской опеки, она предпочитает «остаться в детстве», где нет проблем, жизнь надежна и стабильна» [67, с. 64]. В конце XX века американский психолог Ден Кайли инфантильность молодежи стал символически отображать метафорическим образом Питера Пэна, воплощающего нежелание расставаться с детскими качествами и устремлённость сохранить беззаботность детства даже в зрелом возрасте. Такая позиция приводит к откладыванию принятия взрослых ролей и обязанностей [135, с. 228].

Некоторые исследователи связывают оттягивание взросления молодежи с дестандартизацией «биографиче-

ских маршрутов» человека в современном мире. Сейчас молодежь вынуждена жить в условиях социальной неопределенности, поскольку общество не предлагает ей готовых социальных сценариев [110, с. 37]. Раньше вступление во взрослую жизнь традиционно связывалось с достижением финансовой самостоятельности, получением стабильной работы, браком и рождением детей. Однако гибкие условия постмодернистской реальности больше не вынуждают индивида «маркировать» свою жизнь многими атрибутами «взрослого» статуса [210, с. 109].

Процесс становления взрослого человека и обретения им самостоятельности определяется не только культурой и традициями конкретной страны, но и особенностями её социальной политики и системы защиты граждан. Страны с разными режимами социального обеспечения оказывают разное воздействие на модели взросления [220].

В странах Северной Европы молодые люди могут длительное время потратить на поиск себя перед вступлением во взрослую жизнь, благодаря сильной социальной защите населения и финансовым гарантиям. Процесс самоопределения растянут во времени, и никто не спешит покидать дом родителей. Молодежь континентальной Европы, наоборот, быстро переходит к стадии автономии от родителей. Она с юности стремится получить качественное образование, построить успешную карьеру и обрести финансовую стабильность. Их жизненные траектории достаточно линейны и предсказуемы [220].

В англосаксонских странах юноши и девушки рано начинают работать, ориентируясь на интенсивную трудо-

вую активность. Они стараются поскорее покинуть родительский дом и начать самостоятельную жизнь.

Сложная экономическая обстановка и слабая социальная политика в странах Южной Европы приводит к длительному периоду финансовой зависимости молодых людей от старших членов семьи, поскольку молодежь с трудом накапливая необходимые для самостоятельной жизни ресурсы [220].

Исследования российских социологов показывают, что процессы взросления и социализации молодежи в нашей стране претерпели существенные изменения, особенно начиная с 1990-х годов [100, с. 115]. Сегодня наблюдаются признаки усложненного и неравномерного прохождения этапов взросления молодыми людьми: одни преждевременно берут на себя обязанности взрослого, другие сталкиваются с затяжными кризисами социализации. Это означает, что традиционные представления о четких этапах взросления перестают соответствовать реальности, вызывая дисбаланс между временем наступления совершеннолетия и фактическим обретением социальной компетентности. Подобные тенденции характерны для современных обществ, переживавших глубокие экономические и политические трансформации, когда старые нормы теряют устойчивость, а новые ещё окончательно не сформировались [210, с. 108].

В научно-исследовательской литературе часть исследователей отмечает, что современная молодежь проявляет большую инфантильность, поскольку воспринимает родительскую заботу как вполне естественную составляющую их жизни и поздно начинает взрослую жизнь [67].

Издержкой такого воспитания становится отсутствие самостоятельности, дисциплины, ответственности, без которых невозможна полноценная самореализация личности. Это приводит к тому, что цифровое поколение менее приспособлено к самостоятельной жизни, для него поиск работы и выполнение трудовых обязательств является большой проблемой.

Другие считают, что современная молодежь стремиться к профессиональной самореализации, поскольку желает обрести независимость и материальное благополучие. Если раньше молодой человек только к тридцати годам мог купить машину, то сейчас люди стремятся в двадцать лет иметь машину, квартиру, хорошую работу [13, с. 434–435]. По мнению исследователей Р. Э. Бараш и И. О. Тюриной, современная молодежь демонстрирует высокую степень самостоятельности. Она уверенно осваивает финансовые навыки, способна адаптироваться к изменениям в рабочей среде и личной жизни. Широкий спектр возможностей для самовыражения и достижения профессиональных успехов обеспечивает молодёжи необходимую гибкость в процессе самоидентификации и профессионального роста [13, с 436].

Это как раз демонстрирует, опыт исследований занятости цифрового поколения показывает, что значительная доля молодых людей активно вовлекается в рабочую жизнь уже с подросткового возраста. Так, согласно исследованию В. Ю. Иванова, Е. И. Шубочкиной, Е. М. Ибрагимовой, около 37,7 % молодежи начинают свою трудовую деятельность в свободное от учебы время в возрасте от 14 до 18 лет [82, с. 28]. Многие студенты вузов имеют

опыт совмещения учебы и работы. Так, согласно результатам опроса 5 тыс. студентов старших курсов, 64,69 % обучающейся молодежи имеют опыт совмещения работы с учебой [151, с. 159]. Отраслевая структура занятости студентов представлена двумя основными секторами: сферы обслуживания и торговли. Согласно данным анализа, наибольшая концентрация трудоустроенных студентов наблюдается в сфере обслуживания, составляя 43 % в 2018 году, по сравнению с 38 % в 2008 году. Данный показатель иллюстрирует заметный рост доли студентов, занятых в данном сегменте, что отражает общую тенденцию расширения сферы услуг в экономике страны. Второй значимой отраслью является торговля, сохраняющая свое положение, аналогичное ранним исследованиям. Эта тенденция обусловлена необходимостью привлечения энергичных кадров на должности торговых представителей, агентов и продавцов. Таким образом, привлекательность отрасли торговли сохраняется, несмотря на изменения в общей структуре занятости студентов [214, с. 591].

Основными мотивами временной занятости студентов выступают стремление быть материально независимыми от родителей, необходимость оплаты получения высшего образования, разочарование в выборе направления подготовки, желание найти себя в другой профессиональной сфере, необходимость получения опыта работы и трудового стажа для повышения личных конкурентных преимуществ на рынке труда после окончания высшего учебного заведения. Многие студенты убеждены, что даже временная работа способствует установлению полезных деловых связей, что впоследствии значительно упростит

процесс дальнейшего трудоустройства и повысит шансы на построение успешной карьеры [214, с. 589]. Анализ доминирующих мотивов временной занятости студентов выявляет четкую направленность на создание прочных предпосылок для успешного старта профессиональной карьеры, что выступает убедительным свидетельством субъектности молодежи и опровергает устоявшиеся представления ряда исследователей о характерном для современной молодежи феномене инфантилизма.

В исследовании А. С. Демиденко проводится критический анализ занятости молодежи. Исследователь полагает, что молодежная занятость несёт характерные черты инфантильного поведения, обусловленные стремлением молодежи незамедлительно удовлетворять материальные потребности, а также присущим ей тяготением к кратковременным формам трудовой активности, исключающим долгосрочную перспективу и стабильность профессиональной траектории. Нацеленность на краткосрочный результат связана с переходом к постмодерну обществу, где стал нужен человек сверхмобильный, способный менять профессию, место своего проживания в соответствии с колебаниями экономической конъюнктуры на динамичных рынках. Это потребовало не только большей скорости в освоении знаний и навыков, но и ослабления профессиональной идентичности [125, с. 154]. Современный человек вынужден находиться в состоянии постоянного обучения и приспособления, что ведет к снижению приверженности одной профессии и потере чёткого представления о себе как профессионале в определённой области. У цифрового поколения имеется свой особый подход

к построению карьеры. Одним из ключевых признаков является ярко выраженное стремление к быстрым успехам и достижениям высокого уровня дохода. Молодые специалисты ориентированы на получение высоких зарплат и престижных должностей буквально сразу после начала своей карьеры, минуя длительные этапы профессионального роста [215, с. 9]. Молодежь не строит планов на построение профессиональной карьеры в долгосрочной перспективе, она думает о ближайшем будущем и хочет жить с учетом принципа «здесь и сейчас» [25, с. 56].

По мнению А. С. Демиденко, цифровое поколение предъявляет слишком завышенные требования к заработной плате, желая получить высокий доход в краткосрочной перспективе. Однако ожидания молодёжи нельзя однозначно считать проявлением инфантилизма. Скорее, это отражение изменений в экономике, высокий уровень цен, особенно в крупных городах, диктует необходимость адекватного дохода. Повседневные расходы заставляют молодёжь ставить перед собой высокую финансовую цель ещё на старте карьеры. Высокие требования к заработной плате могут быть отражением амбициозности молодежи и стремления добиться успеха. Представители цифрового поколения хотят видеть перспективы роста и стимулы развиваться профессионально.

Исследование В. А. Хриптович выделяет повышенное внимание к требованиям молодежи относительно трудоустройства и предпочтение подстраивать условия работы под собственный ритм жизни как возможные индикаторы инфантилизации. При выборе работы цифровое поколение обращает внимание на гибкий график и

свободный рабочий распорядок. Трудовая деятельность должна обеспечивать достаточную долю свободы и независимости, позволяя совмещать работу с личным временем и отдыхом [198, с. 208].

Современная динамика общества радикально меняет представление о границах между частной жизнью и рабочими обязанностями, делая гибкий свободный график важными составляющими профессиональной деятельности. Способность молодых специалистов выдвигать требования к соответствующим условиям труда может рассматриваться как выражение осознания ценности индивидуального времени и энергетических ресурсов, что не обязательно трактуется как признак инфантилизма. Переход значительной части молодежи к выбору гибкого графика вызван не только соображениями удобства, но и существенными техническими преобразованиями, создающими благоприятные условия для дистанционного труда и свободной организации рабочего времени.

Адаптация молодежи к происходящим переменам в рабочей среде путём освоения новейших инструментов и моделей поведения свидетельствует о её активной реакции на изменение условий жизнедеятельности. Называть современное поколение инфантильным на основании упомянутых особенностей представляется преждевременным и недостаточно обоснованным. Речь идёт скорее о формировании качественно иного этапа эволюционного понимания природы труда и установления оптимального баланса между трудом и личной жизнью, что необязательно соответствует классическому восприятию инфантильности.

По мнению А. С. Демиденко, среди молодежи распространена практика альтернативной занятости (фриланс, удалённая работа, самозанятость), которая служит подкреплением инфантилизма [67, с. 66]. Такая занятость носит эпизодический характер, используется молодежью в качестве подработки. Она создает видимость взрослой жизни, так как молодые люди, по сути, продолжают находиться на родительском иждивении.

Однако альтернативное трудоустройство может положительно влиять на личностное развитие и профессионализм молодых людей. Альтернативная занятость часто связана с созданием собственного дела или свободным выбором направлений деятельности, что стимулирует развитие инициативы, творчества и самостоятельности. Работа на себя учит ориентироваться в рыночных реалиях, выстраивать стратегию и реализовывать проекты, что развивает предпринимательские навыки. Такая работа может способствовать развитию субъектности, поскольку развивает предпринимательские и профессиональные навыки. Она позволяет самостоятельно определять цели, действовать и отвечать за последствия своих деловых решений. Альтернативная занятость позволяет молодым людям ощутить собственную ответственность и обрести уверенность в своих силах. Однако важно помнить, что подобные положительные эффекты возможны только при условии осознанного подхода к выбору работы и готовности вкладывать силы и энергию в профессиональное развитие. Если альтернативная занятость носит нерегулярный характер, она может привести к обратному эффекту,

усиливая зависимость от родителей и ограничивая перспективы роста.

Р. Г. Абдрахимова развивает концепцию инфантилизма молодежи, утверждая, что активное погружение молодых людей в цифровую среду оказывает существенное влияние на процессы социализации и формирования зрелого самосознания. По мнению исследователя, длительные часы, проводимые молодыми людьми в интернете, ведут к психологической изоляции и уходу в виртуальный мир, препятствующему полноценному взаимодействию с реальной средой. Эта идея основывается на предположении, что постоянное пребывание в онлайн-пространстве снижает способность молодых людей адаптироваться к повседневной реальности, приобретать жизненный опыт и решать реальные проблемы. Вместо реального взаимодействия с окружающим миром, многие представители молодежи предпочитают замещающие формы коммуникации, что замедляет естественный процесс становления зрелой личности [1, с. 76–77]. Некоторые исследователи связывают данную тенденцию с известным феноменом хикикомори, который характеризуется добровольной самоизоляцией и бегством от трудностей реальной жизни. Хикикомори – явление, которое зародилось в Японии в XXI веке. Дословно переводится как «нахождение в уединении». Широкая известность термина связана с публикацией в 1998 году монографии известного японского психиатра Саито Тамаки «Хикикомори: вечные подростковые годы» [250]. Феномен хикикомори заключается в полном отказе молодых людей от активного участия в общественной жизни. Хикикмори – молодые люди, которые пребывают в длительной социальной изоляции. Та-

кой выбор не связан с патологическими нарушениями психического здоровья, а скорее определяется глубокими внутренними конфликтами и чувством беспомощности перед внешним миром. Психологи отмечают, что значительное число хикикомори испытывает сильнейший дискомфорт и тревогу, связанные с неспособностью интегрироваться в общество, навязывающее одобряемые модели поведения, включающие поддержку старших членов семьи, получение образования и осуществление продуктивной профессиональной деятельности. Столкнувшись с невозможностью преодолеть внутренние противоречия между своим истинным «Я» и представляемым обществом идеальным образом взрослого человека, молодые люди добровольно отвергают общепринятые нормы и остаются в рамках комфортной домашней обстановки, погружаясь в виртуальную реальность [49, с. 32]. Их уход от социальной активности вне цифрового пространства говорит о низкой самооценке, неуверенности в себе, недостаточной сформированности коммуникативных навыков.

Некоторые исследователи склоняются к мысли, что образ жизни, избранный представителями группы хикикомори, приобрел значительный резонанс в молодёжной среде, породив новую разновидность субкультуры, приверженцы которой открыто ассоциируют себя с этим термином, используя его в качестве самостоятельного обозначения своей культурной принадлежности и способа существования [135, с. 230].

В современных отечественных исследованиях регулярно поднимается тема хикикомори, однако изучение этого феномена не содержит никаких статистических данных [96; 49]. Следовательно, предположение авторов

о широкой распространённости феномена хикикомори на территории России представляется лишь гипотезой, основанной преимущественно на единичных наблюдениях и теоретических рассуждениях, не подкрепленных эмпирическими доказательствами.

В качестве проявления инфантилизм в молодежной среде некоторые исследователи рассматривают распространение такого феномена, как «кидалт». Сам термин сформировалось в результате синтеза двух английских слов – *kid* (ребенок) и *adult* (взрослый). Этим термином обозначают взрослого, сохраняющего детские увлечения. Впервые термин появился в 1980-х годах благодаря обозревателю газеты «*The New York Times*» Полу Мартину, который использовал его для обозначения людей старше тридцати лет, внешне успешных и самодостаточных, однако сохраняющих искреннюю любовь к детским развлечениям [198, с. 208]. Следует отметить, что кидалты существенно отличаются от социальных инфантилов, поскольку они вполне приспособлены к жизни в обществе. Обладая высоким уровнем образования и стабильным заработком, многие из них создают семьи и ответственно относятся к построению отношений со своими близкими людьми. Их восприятие действительности отличается здравым смыслом, их суждения и поведение зрелы и логичны. Они осознают, где проходит граница между игрой и реальностью. Психологи отмечают, что у кидалтов инфантилизм проявляется только в определённых направлениях, как своего рода психологическая разрядка для сохранения эмоционального равновесия. Например, они могут на время отвлекаться от повседневных забот смотря

мультфильмы, собирая игрушечные машинки, кукол, читая или сочиняя сказки и фэнтези, слушая детские песни и так далее [10, с. 29].

А. С. Бакулина подчеркивает в своём научном исследовании существенную разницу условий формирования кидалтов и социальных инфантилов. Инфантильность личности чаще всего является следствием особых моделей семейного воспитания, характеризующихся избыточной опекой родителей или полным отсутствием границ в удовлетворении любых желаний ребенка. Формирование психологии кидалта связано с пережитыми тяжелыми жизненными обстоятельствами в детстве. Например, ребенок, столкнувшийся с бедностью, конфликтами в семье или жестоким обращением, стремится компенсировать недостаток радости и беззаботности, которой он был лишен в детстве. Детские развлечения становятся способом избавиться от психологического дискомфорта, отдохнуть и вернуться к утраченному чувству счастья и спокойствия. Таким образом, кидалт и социальный инфантилизм – это два совершенно разных явления. Социальный инфантилизм представляет собой крайне опасное для общества явление, проявляющееся в зависимости человека от внешней поддержки и неспособности самостоятельно решать жизненные задачи. Его распространение ведет к экономическим потерям из-за снижения продуктивности и увеличения расходов на социальную помощь. Феномен кидалта хотя и выходит за рамки общепринятых стандартов, чаще всё же представляет собой нейтральное явление. Если увлечение человека не превращается в фанатизм и зависимость, то оно не нарушает социальную адаптацию ин-

дивида. Человек продолжает эффективно трудиться, поддерживает дружеские связи, успешно строит семейные отношения и сохраняет хорошие взаимоотношения с окружающими людьми [10, с. 33].

Некоторые исследователи объясняют инфантильность цифровой молодежи оттягиванием вступления в семейные отношения. Так, например, Х. Дж. Твенге объясняет это страхом перед ответственностью. Цифровое поколение склонно избегать реальности, включая все виды отношений – от дружеских до любовных и семейных [255, с. 72]. Однако следует отметить, что решение отложить семейные отношения может иметь разные причины, и далеко не всегда оно свидетельствует об инфантилизме. Инфантильное поведение проявляется в привязанности к родителям, неспособности принять ответственность. Желание подождать с созданием семьи может быть вполне рациональным выбором взрослого человека, продиктованным желанием сначала обеспечить материальное благополучие, стабильность и уверенность в будущем. Прежде чем создавать семью, многие молодые люди предпочитают сначала достичь определённых успехов в образовании, карьере и обрести финансовую стабильность [78, с. 267].

По результатам исследования О. А. Заякиной, представители цифрового поколения считают, что сразу после окончания высшего учебного заведения молодежь предпочитают продолжать обучение или строить карьеру, так как именно в этот период многие достигают профессиональной самореализации и финансовой стабильности [78, с. 268]. Возраст от 26 до 30 лет представляется молодежи оптимальным периодом для заключения брака.

Среди цифрового поколения растёт популярность совместного проживания без официального оформления отношений. Согласно результатам опроса Всероссийского центра изучения общественного мнения, значительное число молодых россиян (16–18% из числа зумеров и младших миллениалов допускают незарегистрированные отношения) находят приемлемым гражданский брак [52]. Отсутствие штампа в паспорте не препятствует молодым людям чувствовать себя счастливыми в отношениях и готовыми совместно строить своё будущее [133, с. 254]. Такое решение, видимо, воспринимается как способ проверки совместимости партнёров и уменьшения рисков развода. Решение является взвешенным, поскольку за 2024 год в России зарегистрировали 880 тысяч браков и 644,5 тысячи разводов. В качестве основных причин разводов россияне называют финансовые трудности, деструктивное поведение партнера (зависимости, рукоприкладство), нарушение коммуникации в семье, утрату семейных ценностей (отсутствие уважения, доверия, внимания, чувств друг к другу), несовместимость супругов (не сошлись характером, разные интересы и взгляды на жизнь), неготовность к семейной жизни (необдуманное вступление в брак, безответственность/инфантильность) [52].

В исследовании Ю. П. Каменской раскрываются основные ценности, которыми руководствуются современные молодые люди при формировании семейных отношений. Молодежь больше всего ценит в семейных отношениях психологический комфорт, она нацелена на создание атмосферы доверия, уважения и понимания внутри семьи. Второе место среди молодежи занимает

ценность семейного единства. Современные молодые люди хотят видеть свою семью сплочённой командой, способной поддерживать друг друга в сложных ситуациях. Проявление любви и привязанности к партнёру также является важным элементом семейных ценностей для большинства представителей цифрового поколения. Для молодёжи важно строить семейные отношения на искренних чувствах и глубоком понимании потребностей своего избранника [86, с. 136]. Бытовой комфорт для молодежи также является существенным компонентом счастливой семейной жизни. Однако эта позиция занимает четвёртое место, что свидетельствует о приоритете межличностных отношений над материальной стороной вопроса в семейных отношениях. Общение с родственниками и преемственность поколений не является для молодежи основополагающими ценностями [86, с. 136]. Вероятно, это связано с изменением структуры семьи, увеличением мобильности и снижением роли взаимодействия между поколениями. Раньше семья могла включать несколько поколений, живущих вместе, теперь она уступила место нуклеарной семье, состоящей преимущественно из супругов и их детей. Это снижает частоту контактов между представителями разных поколений и уменьшает зависимость молодых людей от старших родственников. Кроме того, следует отметить, что молодые люди часто переезжает в поисках работы или лучшей жизни, отдаляясь географически от своей родственников. Такие перемещения затрудняют поддержание тесных семейных уз и регулярное общение с дальними родственниками.

Данные результаты демонстрируют, что современная молодёжь больше внимания уделяет эмоциональному состоянию и отношениям внутри семьи, нежели ценностям и ожиданиям старшего поколения. Создавая собственную систему ценностей, молодые люди ставят во главу угла личные потребности и гармонию внутри своей семьи, формируя таким образом новую парадигму семейных отношений.

В исследовании Ю. Г. Мироновой освещаются представления молодежи относительно организации семейной жизни. Наиболее популярной формой организации семьи среди молодежи оказалась равноправная модель отношений, суть которой заключается в справедливом разделении обязанностей и принятия решений. Вместе с тем значительную поддержку сохраняет традиционный подход, предполагающий главенство мужа в семье. В сознании молодежи присутствует альтернативная позиция, где ведущая роль отводится женщине, ее разделяет меньшее количество людей. Распределение финансовых обязательств воспринимается большинством традиционно: главную ответственность за материальное благосостояние семьи возлагают на мужчин. Однако примерно треть опрошенных представителей молодежи убеждена, что финансовую нагрузку следует разделить поровну между обоими партнерами, что отражает увеличение доли работающего женского населения [133, с. 254]

Представляют большой интерес результаты исследования Т. А. Парфеновой, Н. В. Данилиной, Е. П. Нуртдиновой, в котором оценивается готовность молодежи заводить детей. Проанализировав результаты опроса более

трехсот человек в возрасте от 18 до 35 лет, ученые приходят к выводу, что более половины опрошенных не готовы заводить детей без наличия благоприятных материальных условий [141, с. 597]. Это свидетельствует о значительном влиянии экономического фактора на принятие решений о продолжении рода. Уровень доходов, наличие собственного жилья и стабильной занятости выступают ключевыми факторами, определяющими готовность молодой пары к деторождению. Современные российские реалии показывают высокий уровень тревожности населения относительно материального благополучия. Стремление молодых людей обеспечить материальное благополучие отражает высокую степень ответственности. Молодежь осознает необходимость создания комфортных условий для воспитания ребенка, понимая, что дети нуждаются в заботе, внимании и достойных условиях жизни. Финансовое положение становится одним из ключевых критериев принятия решения о создании семьи, поскольку оно влияет на качество жизни будущего ребенка.

Таким образом, цифровая среда существенно влияет на эмоционально-волевую сферу и поведение представителей цифрового поколения. Она становится причиной информационных перегрузок, психологической нестабильности и повышенной чувствительности к внешнему мнению. Социальные сети формируют зависимость от одобрения окружающих, стимулируют перфекционизм и повышают уровень тревожности.

Вместе с тем современное поколение демонстрирует признаки зрелого подхода к жизни: оно ответственно относится к профессиональному развитию и достижению

материальных благ. Высокая динамика экономических процессов заставляет молодежь быстро приспосабливаться к новым реалиям, овладевать новыми компетенциями и стремиться к быстрому карьерному росту. Относительно формирования семьи молодые люди принимают взвешенные решения, основываясь на достижении личной и финансовой устойчивости. Такие тенденции свидетельствуют о серьезном и осознанном подходе к построению собственной жизни, опровергая мифы об инфантильности цифрового поколения.

Выводы по второй главе

Психологические особенности представителей цифрового поколения формируются под воздействием активного использования современных информационных технологий, оказывающих существенное влияние на когнитивную сферу молодых людей. Распространение интернета и мобильных устройств кардинально изменило способы восприятия информации современной молодежью: традиционный линейный текст уступил лидирующие позиции визуальным материалам. Такой мультимедийный подход сделал информацию привлекательнее и доступнее, однако стал вызывать некоторые трудности с критическим осмыслением поступающих данных.

Молодые люди, погруженные в интернет-пространство, живут в состоянии постоянного «цифрового переутомления», вызванного избыточным потоком разнородной информации, что часто приводит к хронической

усталости. Массовое воздействие информационных стимулов развивает у молодежи способность к многозадачности, сопровождающейся снижением концентрации внимания, глубины аналитического мышления и эффективности запоминания. Режим многозадачности нередко становится причиной психоэмоциональных проблем молодежи, повышенной тревожности и неудовлетворенности жизнью. Вместе с тем многозадачность имеет положительную сторону. Она способна повысить нейропластичность мозга, ускоряя адаптацию к непрерывно изменяющимся внешним условиям. Следовательно, многозадачность выступает адаптивным механизмом, выработанным цифровым поколением для эффективной навигации в насыщенном информационном пространстве.

Цифровое поколение существует в условиях непрерывного доступа к интернету, что снижается потребность к запоминанию. Молодежь кратковременно удерживает в памяти лишь те сведения, которые указывают на местонахождение нужных материалов. Ответственность за переработку, хранение и извлечение информации цифровое поколение всё чаще передаётся внешним инструментам. Постоянное обращение к ним приводит к постепенному сокращению объёма долговременной памяти и общему снижению уровня эрудированности, необходимой для свободного владения знаниями и для использования их в повседневной жизни. Увеличение доли визуального контента в цифровой среде приводит к замедлению развития вербально-логической памяти у представителей нового поколения, стимулируя при этом интенсивный рост образной памяти.

Мышление цифрового поколения часто называют «клиповым», подчеркивая склонность к фрагментарному восприятию реальности, при котором объекты познаются изолированно друг от друга, без учёта внутренней логики и смысловых связей. Данная черта мышления затрудняет формирование системного представления о мире, делая процесс познания мозаичным и непоследовательным.

При всей распространённости термина «клиповое мышление», современная наука испытывает значительные трудности в разработке чётких параметров его диагностики и количественном анализе. Современное состояние науки позволяет говорить о незавершённом этапе исследования особенностей мышления цифрового поколения. Дальнейшие шаги требуют тщательной проработки исследовательской базы, введения единых стандартов диагностики и углубления понимания фундаментальных механизмов, обусловливающих специфическое познание окружающего мира представителями цифровой молодёжи.

Цифровое поколение отличается уникальными особенностями речевой культуры, которые формируются под воздействием ряда факторов. Современная молодёжь стремится оптимизировать усилия, выбирая менее энергозатратные способы передачи сообщений. Это отражается в отказе от литературных форм, в активном применении сокращений и аббревиатур, игнорировании грамматики и сложных синтаксических конструкций.

Развитие технологий оказало значительное влияние на способы передачи информации и эмоций посредством невербальных знаков. Сегодня широко используются мо-

лодежью разнообразные визуальные символы (эмодзи, смайлы, гиф-анимация и мемы), ставшие неотъемлемой частью межличностного общения молодежи в сети. Эти элементы позволяют эффективно дополнять словесное сообщение, создавая атмосферу живого разговора даже на удаленном расстоянии.

Еще одной отличительной особенностью является высокая креативность молодежи в создании новых лексических единиц и устойчивых выражений. Новые слова возникают спонтанно, легко распространяются и закрепляются в разговорной практике, пополняя словарь новыми терминами и идиомами. Заимствования из иностранных языков стали для молодого поколения обычным делом, что расширило возможности для самовыражения.

Помимо новаторства в формировании лексики, представители цифрового поколения охотно прибегают к сленгу и другим нестандартным элементам языка, используя их как знак принадлежности к конкретной группе и как инструмент индивидуальной самоидентификации внутри сообщества.

Заимствования англицизмов и создание молодежного сленга служат ярким проявлением субъектности, демонстрируя стремление цифрового поколения активно влиять на развитие родного языка. Этот творческий процесс позволяет молодежи формировать собственный коммуникативный код, подчёркивая уникальность своей социальной группы и формируя собственную культурную идентичность. Языковое творчество отражает способность молодых людей самостоятельно конструировать смыслы и

изменять речевую культуру, превращаясь таким образом в активных участников процессов культурного развития.

В молодежной среде также наблюдается заметный сдвиг в предпочтениях способов общения: всё чаще цифровое поколение заменяет текстовые сообщения записями голоса или видео. Аудиовизуальная форма общения помогает быстрее передать мысль и сохранить её эмоциональную окраску, дополнив коммуникацию живой экспрессией, доступной в непосредственной беседе лицом к лицу.

Таким образом, язык и коммуникативные стратегии цифрового поколения претерпели глубокие трансформации, тесно переплетаясь с социальными изменениями и достижениями техники, что создаёт принципиально новый облик культурных кодов нашего времени.

Отличительной характеристикой коммуникативной сферы представителя цифрового поколения является стирание границ между виртуальной коммуникацией и живым общением. Несомненно, виртуальное общение удобно и доступно, однако его доминирование может способствовать возникновению интернет-зависимости, вследствие чего реальная жизнь перемещается на второстепенный план. Уход в виртуальный мир может приводить к сужению реальных межличностных связей, уменьшая количество глубоких, содержательных взаимодействий вне цифровой среды. Однако некорректно рассматривать виртуализацию как причину ухода от повседневной жизни. Она лишь создают условия для временного отстранения от действительности. Истинные же корни желания уйти от реальности и погрузиться

в виртуальное пространство кроются глубже – в психологическом состоянии индивида и особенностях его социальной среды.

В глазах молодого поколения виртуальная реальность предстает как дружелюбная и открытая среда, дарующая свободу самовыражения и расширение личностных горизонтов. Здесь для молодежи есть простор для воплощения фантазий, имеет возможность разыгрывать разнообразные жизненные сценарии, примерять несвойственные роли, обогащая личный опыт и углубляя понимание самих себя. Цифровая среда открывает широкие возможности для презентации личности, благодаря чему некоторые исследователи связывают её распространение с усилением нарциссических черт у современных молодых людей. Тем не менее такая связь носит скорее условный характер: цифровая среда сама по себе не провоцирует появление нарциссизма, а лишь усиливает существующие тенденции тех, кто изначально склонен к самолюбованию и демонстративному поведению.

Виртуальная коммуникация обладает рядом уникальных свойств, оказывающих существенное воздействие на эмоционально-волевую и поведенческую сферы личности представителей цифрового поколения. Интерактивность виртуальной коммуникации укрепляет субъектность цифрового поколения, выступая ключевым фактором, стимулирующим развитие инициативы, самостоятельности и активного отношения к жизни.

Дистанционность и опосредованный характер виртуальной коммуникации накладывают определенные

ограничения на восприятие невербальных аспектов общения. Ограниченная передача невербальных сигналов затрудняет точное считывание эмоций собеседника, снижает уровень эмпатии и способности к сопереживанию. Вместе с тем отсутствие визуальных факторов, влияющих на восприятие внешности партнера, положительно сказывается на психоэмоциональном состоянии пользователей, устраняя многие психологические преграды, возникающие в коммуникации лицом к лицу.

Асинхронность виртуальной коммуникации позволяет цифровому поколению тщательно обдумывать содержания сообщений, минимизируя вероятность импульсивных реакций и недопонимания. Однако отсутствие мгновенного отклика увеличивает риск ошибочного истолкования намерений собеседников, что порой вызывает конфликтные ситуации и разногласия.

Важным свойством виртуальной коммуникации является её глобальный межкультурный характер. Данная особенность настраивает молодых пользователей на принятие и уважение культурного разнообразия, что является ярким проявлением субъектности, поскольку формирование личности как самостоятельного субъекта возможно лишь в условиях взаимного уважения и признания субъектности других людей. Ведь личность обретает собственное значение и раскрывает свой потенциал именно в процессе взаимодействия с равноправными партнерами, обладающими своими уникальными качествами и взглядами. Только признавая уникальность каждого человека, человек может полноценно развиваться сам, становясь подлинными субъектами собственной жизни.

Неиерархичность виртуальной коммуникации способствует свободе выражения мнений, смещая акцент с авторитетности высказывающего на достоверность и значимость самой информации. Это явление тесно связано с процессом карнавализации виртуального пространства. Карнавализация снижает уровень доверия к непроверенным источникам информации, делает молодежь более чувствительной к противоречиям социальной действительности, что способствует развитию критического мышления и субъектности цифрового поколения.

Маргинализация виртуальной коммуникации проявляется в обособленности пользователей от открытого общественного пространства и влечет обратный эффект. Переход аудитории из общей публичной зоны в закрытые сообщества порождает так называемый «информационный пузырь», внутри которого формируются однобокие либо искажённые представления о действительном положении вещей. Такое положение препятствует полноценному развитию субъектности, поскольку лишает человека многообразия точек зрения и перспектив, необходимых для глубокого понимания сложных явлений и принятия взвешенных решений.

Анонимность виртуальной коммуникации одновременно создает предпосылки для свободного и искреннего общения, где участники чувствуют себя раскрепощенными и открыто выражают собственные чувства и убеждения. Однако эта же анонимность может сформировать у пользователей ощущение неопределенности социальных норм и привести к деструктивным последствиям: агрессии, распространению недостоверной информации,

нарушению социальных норм и правил общения. Наиболее распространёнными формами агрессивного поведения в виртуальной коммуникации являются троллинг, хейтинг, флейминг, флудинг, пранкерство, киберсталкинг и кибербуллинг. Следует учитывать, что виртуальная коммуникация сама по себе не генерирует агрессию, а лишь выявляет скрытые черты характера и внутренние проблемы пользователей.

Можно выделить несколько серьезных проблем цифрового поколения, затрагивающих эмоционально-волевую сферу личности.

Первая проблема – нарастающая психоэмоциональная нагрузка, возникающая вследствие постоянного пребывания в перенасыщенной информацией виртуальной среде. Избыточный объем разнородных сведений вызывает переутомление нервной системы, снижает способность концентрироваться, осмыслять и перерабатывать информацию, вызывая ощущения усталости, раздражения и апатии.

Следующей важной проблемой становится потеря чувства контроля над огромными массивами информации, сопровождающаяся страхом упустить важные события, полезный опыт или необходимые знания. Ощущение нехватки времени и сил, необходимых для обработки полученной информации, заставляет испытывать постоянное беспокойство и внутреннее напряжение.

Третья проблема – повышенная зависимость цифрового поколения от внешнего одобрения и сильная уязвимость перед критическими отзывами. Прислушиваясь к оценкам окружающих, молодые люди попадают в ло-

вушку постоянных поисков позитивного подтверждения извне, что усиливает общую конкуренцию в виртуальном пространстве, стимулирует навязчивое стремление к идеалу и повышает общий уровень стресса.

Четвёртая проблема – значительный риск формирования интернет-зависимости. Привычная практика мгновенного получения награды через лайки, положительные отзывы, яркие посты и онлайн-развлечения запускает механизм активации центров удовольствия головного мозга, вырабатывающих гормон радости – дофамин. Регулярная активация этого механизма может перерасти в болезненную тягу к виртуальному удовольствию, способствующему симптомам депрессивных состояний и тревожности.

Пятой проблемой эмоционально-волевой сферы является ослабление волевых качеств, проявляющееся в пассивности и трудностях сосредоточенности на действиях, направленных на достижение долгосрочных целей. Выполнение сложных заданий требует высокого уровня самоконтроля и дисциплины, что зачастую оказывается затруднительным для молодых поколений.

Особенности поведения цифрового поколения ярко демонстрируют смену жизненных установок и приоритетов среди молодых людей. Ориентация на быстрые результаты отчётливо проявляется в выборе подходов к карьере и подготовке к взрослой жизни. Для многих высшее образование перестало считаться обязательным условием успешной карьеры: молодые люди понимают изменчивость рынков труда и наличие высокооплачиваемых профессий, не требующих диплома вуза. Вместо академической учёбы молодёжь предпочитает получать практиче-

ские знания, которые сразу применимы в повседневной жизни и будущей работе. Однако программы университетов нередко отстают от реальных потребностей профессиональных областей, вынуждая студентов искать дополнительную подготовку вне стен университета – проходить онлайн-курсы, посещать мастер-классы и заниматься самообразованием.

Трудовая активность цифрового поколения наблюдается уже в подростковом и юношеском возрасте. Студенты совмещают работу и учебу, стремясь стать финансово независимыми, оплатить собственное обучение, преодолеть разочарования в выбранном направлении подготовки, либо приобрести ценный профессиональный опыт. Всё это подтверждает высокий уровень субъектности молодого поколения, опровергая расхожее мнение о его инфантильности.

Современный рынок труда диктует высокие требования к способности быстро адаптироваться и постоянно учиться новому, снижая привязанность человека к конкретной профессии и размывая границы профессионального самоопределения. Молодые специалисты хотят достичь максимальных доходов и карьерных успехов в короткие сроки, принимая правила игры современной экономики и открывая двери навстречу неожиданным поворотам судьбы. Возможность самостоятельно распоряжаться рабочим временем и иметь большую свободу действий становятся ключевыми факторами при поиске работы для представителей цифрового поколения, что показывает их приверженность к ценностям личного времени и независимости.

Относительно построения семейной жизни молодое поколение проявляет осторожность в принятии решений. Многие отсрочивают создание семьи и рождение детей, предпочитая вначале добиться стабильности в карьере и финансовом положении. Современные молодые люди осознают важность создания комфортных условий для ребёнка и обеспечении достойного уровня жизни.

Таким образом, нами были изучены особенности когнитивной, коммуникативной, эмоционально-волевой и поведенческой сферы представителей цифрового поколения. Полученные знания позволят глубже понять проявления субъектности молодого поколения и создать эффективные образовательные и помогающие практики, направленные на ее развитие.

ГЛАВА 3. ФОРМИРОВАНИЕ СУБЪЕКТНОСТИ ЦИФРОВОГО ПОКОЛЕНИЯ

3.1. Изучение ценностно-смысловой основы субъектности цифрового поколения

Изучение ценностно-смысловой основы субъектности цифровой молодежи имеет первостепенную значимость в условиях динамично развивающегося технологического прогресса, который радикально меняет повседневную жизнь и восприятие действительности молодыми людьми. Цифровые технологии формируют особый тип субъекта, отличающийся повышенной активностью в виртуальном пространстве, быстрой адаптацией к новым условиям и способностью обрабатывать большие объемы информации. Исследование внутреннего мира такого субъекта способствует лучшему пониманию механизмов социализации и определению эффективных путей включения молодежи в социокультурную среду.

Ценностно-смысловая основа субъектности представляет собой совокупность ценностей, мировоззренческих интересов, смыслов и принципов, регулирующих поведение индивида, его мотивы и жизненные цели. Данная структура формируется под воздействием социальных условий и индивидуального опыта, выступая фундаментальной основой для самоопределения и саморазвития.

Содержание ценностно-смысловой основы субъектности цифрового поколения будет определять стратегию развития общества, формировать общественное мнение и влиять на будущее страны. Следовательно, глубокое понимание и анализ ценностей, мировоззренческих установок, жизненных смыслов молодежи приобретают статус стратегических задач, необходимых для понимания вектора развития общества [13, с. 430].

В научно-исследовательской литературе отмечается, что в структуре мировоззрения цифрового поколения преобладают индивидуалистические ценности [134; 208]. К ним относятся независимость от авторитетов, стремление выразить свою неповторимую индивидуальность, потребность в успешной самореализации, упор на отстаивание собственных интересов и создание собственного имиджа, сохранение приватности. Таким образом, система взглядов и убеждений современных молодых людей строится преимущественно вокруг утверждения собственного «Я». Высокий уровень индивидуализма может стимулировать развитие субъектности, поскольку позволяет занять активную жизненную позицию, свободно выбирать направления для построения своей жизненной траектории.

Цифровые технологии существенно влияют на современное общество, которое согласно Мануэлю Кастельсу, характеризуется формированием нового типа социализации – сетевым индивидуализмом [95]. Этот феномен отражает ослабление традиционных связей внутри социальных групп и повышение значимости индивидуальных предпочтений и инициатив. Современное поко-

ление обладает развитыми навыками быстрого поиска и обработки информации, легко переключается между разными видами деятельности и уверенно ориентируется в информационной среде. Представители этого поколения отличаются уверенностью в своем мнении, полагаются преимущественно на собственное видение мира и проявляют большой скепсис относительно авторитетов [35, с. 56–57]. Однако некоторые практики в социальных сетях (погоня за лайками и просмотрами) показывают заинтересованность молодежи оценке других людей. Наличие данного противоречия позволяет говорить о «кентаврическом сознании», в котором сочетаются, казалось бы, несовместимые элементы [35, с. 59]. С одной стороны, цифровое поколение стремится противопоставить себя принятым социальным требованиям и нормам, демонстрируя свое «социальное безразличие». С другой, стремится получить социальное одобрение от других людей [35, с. 59].

Именно эта ориентация на личные убеждения и предпочтения определяет модели поведения и жизненные стратегии молодежи. По мнению исследователей, такое положение вещей свидетельствует о снижении влияния социальных институтов на формирование мировоззренческих убеждений молодых людей. Их интеграция в общество имеет преимущественно индивидуальный, а не коллективный характер, поскольку молодые люди самостоятельно выбирают формы социального взаимодействия и выражают свои индивидуальные взгляды и ценности, зачастую игнорируя общественные нормы и институты [35, с. 56–57]

Е. П. Грибова отмечает, что потребность в свободе самовыражения и самореализации молодежь удовлетворяет в цифровом пространстве [61, с. 443]. Цифровое поколение преодолело страх, крепко сидевший в российских поколениях доцифровой эпохи, – боязнь публично проявлять себя. Современная молодежь в цифровом пространстве занимается разнообразными формами творчества – от публикации фотографий и видеороликов до написания постов и комментариев.

Она демонстрирует высокий уровень активности в создании собственного контента, однако слабо вовлечена в восприятие результатов творчества других людей. По мнению С. Д. Балмаевой и Е. В. Шлегель, молодые люди часто игнорируют чужой труд, проявляя равнодушие к содержательной стороне постов, сообщений, видеороликов, фотографий других пользователей [11, с. 221]. Такое поведение говорит о высоком уровне самолюбования и довольства собой, низком уровне требовательности к собственным творческим результатам. Зацикленность на собственном творчестве и пренебрежительное отношение к достижениям других участников цифрового сообщества отражают склонность молодежи сосредотачиваться исключительно на удовлетворении собственных потребностей, демонстрируя недостаток эмпатии и интереса к опыту и взглядам окружающих. Это создает замкнутый круг, ограничивая перспективы культурного обогащения и взаимодействия внутри онлайн-пространства [215, с. 8].

Цифровое поколение используют виртуальные миры как площадку не только для выражения своей индивидуальности и уникальности, но и для выявления новых

аспектов собственной личности. Цифровая среда предоставляет молодым людям широкие возможности для изменения внешности, поведения и социального статуса, позволяя примерять разнообразные роли и образы, пробовать себя в разных амплуа и проверять реакцию окружающих на своё новое воплощение [32, с. 70].

Виртуальное пространство позволяет проявлять индивиду те качества, проиграть те роли и пережить те эмоций, которые оказались фрустрированными в реальной жизни. Однако обыгрывание разнообразных ролей вовсе не означает, что созданные образы «Я» несоизмеримы с настоящей личностью субъекта. Виртуальное «Я», как и идеальное «Я», демонстрирует ценностные компоненты мировоззрения индивида, то есть служит индикатором заложенных в нем потенций, которые не нашли своего воплощение в повседневности. Виртуальное пространство выступает пробной версией последующей самореализации личности, когда она откроет для себя глубинные стороны «Я» и осознает возможности их проявления уже в реальном мире [34, с. 20–21].

Благодаря социальным сетям создается персональная база данных, включающая хронологию жизни, воспоминания, события и факты, которыми пользователь делится публично. Такой аккаунт фактически играет роль хранилища воспоминаний, архивирующего фрагменты личной истории, подобно дневнику или мемуарам [55, с. 118–119]. Профиль в соцсети становится своеобразным зеркалом, в котором отражается личность человека. Помимо накопления фотоматериалов и видеоконтента с запечатленными фрагментами жизни, социальные профили позволяют

демонстрировать широкий спектр интересов, увлечений, мировоззренческих убеждений и предпочтений посредством использования текста. Такая комплексная интеграция текста, фото и видеоизображений формирует целостный портрет пользователя, позволяя ему взглянуть на себя со стороны и оценить, каким видят его другие люди. Эта способность к самооценке называется рефлексивностью, она важна для коррекции собственного образа и поведения [55, с. 118–119]. Рефлексивность служит необходимым условием формирования и поддержания субъектности. Она обеспечивает понимание собственного поведения, помогая человеку становиться автономным и ответственным актором в интернет-пространстве.

Самопрезентация молодежи в интернет-пространстве обладает таким важным свойством, как динамичность. Цифровое поколение регулярно размещает свежую информацию на личных страницах. Такая активность поддерживает интерес и внимание аудитории. Каждый новый пост или фото становится своего рода виртуальной открыткой, сигнализирующей друзьям и подписанным пользователям: «Я здесь, я активен, вот мои события и впечатления». Молодёжь особенно часто обновляет аватарки и делится фотоотчётами с мероприятий, создавая образ активной и вовлечённой личности [55, с. 118–119].

В цифровом пространстве пользователи имеют уникальную возможность управлять впечатлениями о себе. Люди получают эффективные инструменты для создания желаемого образа. Они тщательно отбирают публикуемую информацию, скрывают нежелательные черты (болезни, травмы, профессиональные неудачи или низкий

социальный статус) и подчеркивают свои успехи, достижения, внешние атрибуты высокого положения. Эта тенденция известна давно, благодаря исследованиям американского социолога И. Гоффмана, детально изучавшего механизмы построения образов в повседневной жизни [59]. Современные исследователи продолжают развивать тему цифровой самопрезентации, показывая, насколько важным стало умение грамотно презентовать себя онлайн. В результате возникает ситуация, когда контроль над производимым впечатлением усиливается, а бинарная оппозиция контролируемого и неконтролируемого восприятия резко сдвигается в пользу управляемости. Пользователь строит свою цифровую идентичность посредством продуманного наполнения профиля: фотографии, посты, истории успеха и социальное признание становятся инструментами повышения привлекательности и популярности в сетевом пространстве.

Стремление создать безупречный образ в социальных сетях влечет за собой целый ряд серьезных проблем. Во-первых, постоянное сравнение себя с идеализированными изображениями других людей создает психологический дискомфорт. Человека преследуют ощущение собственной несостоятельности и тревога, поскольку достичь уровня, установленного искусственными стандартами, практически невозможно.

Во-вторых, желание показать себя идеальным приводит к фальсификации реальности. Вместо честного отражения своей жизни, люди демонстрируют ее лучшие моменты. Формируется иллюзорные представления, что

жизнь каждого индивида должна состоять исключительно из успехов и радости, что далеко от истины.

В-третьих, погруженность пользователей в построение привлекательной публичной персоны вытесняет реальные связи и эмоциональную близость, оставляя людей одинокими среди множества виртуальных контактов.

Наконец, чрезмерная забота о создании идеального облика может мешать раскрытию индивидуальности, под маской псевдоперсон человек может потерять себя настоящего. Изменчивость и нестабильность современной жизни вызывают экзистенциальную тревогу, заставляя человека регулярно переоценивать свою роль и искать новые смыслы существования. При этом средства массовой информации оказывают огромное влияние на этот процесс, предлагая шаблоны успешной личности, объединяя разные культуры и формируя концепцию «глобальной идентичности». Эта универсальная идентификационная матрица оказывает мощное воздействие на пользователей социальных сетей, стимулируя их стремиться к соответствию принятым нормам и стандартам. Желание принадлежать этому глобальному сообществу заставляет людей выстраивать собственный бренд, транслируя наиболее выгодные аспекты своей жизни, создавая идеальный образ. Но этот процесс сопряжен с внутренними конфликтами и напряжённостью, так как реальная личность сталкивается с необходимостью согласовывать свои внутренние установки и ценности с предлагаемым обществом идеалом [208, с. 124]. Гипертрофированный фокус на общественном идеале и имидже может нести серьезные рис-

ки для психологического здоровья и благополучия представителей цифрового поколения.

Молодежь уделяет значительное внимание соблюдению личных границ и защите частной жизни, что наглядно демонстрирует большое количество закрытых профилей молодежи в социальных сетях. И. Н. Богданова, А. С. Тулупова отмечают, что на открытых страницах социальных сетей можно увидеть небольшое количество информации личного характера. Она, как правило, ограничивается указанием образования и города проживания. Посты на таких страницах выкладываются реже, в основном это репосты музыкальных групп (песен) или собственные фотографии [35, с. 60–61].

В исследовании М. Д. Мартыновой отмечается, что одной из приоритетных ценностей современной российской молодежи является ценность профессиональной самореализации [135, с. 255]. Данная ценность в мировоззрении молодежи прежде всего соотносится со достижением материального благополучия, которое является важным условиям комфортной и счастливой жизни.

Цифровые технологии стали неотъемлемой частью продвижения в карьере. Молодое поколение активно используют социальные сети и другие цифровые инструменты для привлечения внимания работодателей, инвесторов и партнёров. Благодаря владению технологиями саморекламы и личного брендинга, молодые профессионалы эффективно продвигаются на рынке труда, выстраивая успешную карьеру, независимо от опыта и образования. Таким образом, цифровое поколение демонстрирует уникальную комбинацию амбициозности, мобильности

и технологического мастерства, формирующую новую парадигму взаимоотношений между работодателями и сотрудниками.

Индивидуализм современной молодежи часто сопровождается стремлением реализовать личные потребности и желания. Исследователи отмечают, что у цифрового поколения преобладает гедонистическое отношение к жизни, для них имеет большее значение получение удовольствий, комфорт и материальное благополучие. Существенно расширяются сферы досуга и отдыха молодежи. Молодежь большое внимание уделяет развлечениям, путешествиям, потреблению товаров и услуг, направленных на повышение качества жизни и эмоционального благополучия.

Важно отметить, что развитие гедонистических ценностей связано не только с эгоизмом, но и с желанием сделать жизнь яркой, насыщенной и наполненной радостью. Потребность в получении удовольствий является естественным стремлением человека, но она может приобретать гипертрофированные формы, перерастать в зависимость от потребления материальных ценностей.

Преобладание гедонистических стремлений цифровой молодежи в какой-то степени обусловлено влиянием общества потребления и массовой культуры [184, с. 59]. Представители этого поколения хорошо усвоили потребительскую модель поведения, поэтому они отличаются высоким уровнем прагматизма, заинтересованностью своим материальным благосостоянием.

Довольно часто молодежь воспринимает будущую работу как способ зарабатывания денег, поэтому ее слож-

но замотивировать социальной значимостью и ценностью труда. Здесь следует отметить, что восприятие цифровым поколением работы только как способа материального обогащения обусловлено жизнью современного человека в условиях социальной и экономической нестабильности. В таких условиях человеку сложно прогнозировать свое будущее. Вполне понятна растерянность молодежи в построении проекта своей жизни и их гедонистическая направленность. Получение удовольствий от жизни – это то, что дает возможность жить «здесь и сейчас» без планов и расчетов. Цифровое поколение имеет минимальный горизонт планирования, поэтому основные ожидания от будущего – комфортная и спокойная жизнь. Молодежь стремятся жить сегодняшним днем, получать яркие впечатления и наслаждаться каждым моментом, уделяя меньше внимания долгосрочным перспективам и целям [183, с. 54]. Неопределенность будущего и отсутствие долгосрочных целей позволяет молодежи быть более открытыми к новому опыту, легко менять ориентиры и переходить из одной сферы профессиональной деятельности в другую. Однако отсутствие долгосрочного планирования и четких жизненных ориентиров снижает уровень субъектности, поскольку без ясно сформулированных целей и понимания своих будущих ролей индивид теряет мотивацию к самостоятельной активности, снижается его способность адекватно оценивать последствия своих действий и определять собственную судьбу, что приводит к пассивному отношению к собственной жизни и недостаточной вовлечённости в общественные процессы.

По мнению Е. П. Грибовой, отсутствие долгосрочной перспективы оказывает негативное влияние на формирование ценностно-смыслового ядра личности представителей цифрового поколения [61, с. 443]. Она подчеркивает, что чёткое представление о своём будущем играет ключевую роль в развитии личностных смыслов и системы ценностей. Когда молодой человек не видит конкретных целей и путей их достижения, он оказывается дезориентированным в пространстве возможных вариантов своего существования. Это создаёт условия для появления внутреннего дискомфорта, тревожности и ощущения бессмысленности происходящего. В результате потеря смысла жизни становится одним из основных факторов риска снижения субъектности молодого поколения. Молодым людям сложно самостоятельно находить глубокие смыслы бытия ввиду неопределенности будущего. Они сомневаются в состоятельности ценностных ориентиров, предложенных предыдущими поколениями, поскольку те зачастую не соответствуют современным социальным условиям и требованиям реальности. В итоге формируется предпосылка для возникновения кризиса субъектности, выражающаяся в снижении личного контроля над будущим, в страхе перед неизвестностью и в неспособности создавать целостную картину мира, основанную на прочных ценностных ориентирах.

Исследователи подчёркивают, что высокое значение для цифрового поколения приобретает толерантность, заслуживающая положительную оценку, поскольку способствует формированию справедливых общественных отношений и укреплению демократических основ [113, с. 985]. М. Г. Бреслер отмечает, что толерант-

ность молодежи проявляется в том, что она, не отказываясь от собственных ценностей, проявляет положительное или нейтральное отношение к людям с иными взглядами [40, с. 33]. Молодые люди открыты для диалога и взаимодействия, относятся с уважением к чужим убеждениям, проявляют готовность принять различия как важную часть для обогащения и развития общества.

Важнейшим аспектом толерантности является уважение прав и свобод различных социальных групп. Так, авторы М. С. Комаров, К. С. Нилаева и А. А. Алексеенок провели анализ отношения молодежи к людям с ограниченными возможностями здоровья [104, с. 104]. Результаты показали, что треть опрошенных респондентов воспринимают лиц с ОВЗ как равных, что является оптимальным вариантом. Такое восприятие укрепляет чувство принадлежности людей с инвалидностью к обществу, подчёркивая их ценность и значимость вне зависимости от физических возможностей. Примерно половина опрошенных высказали сочувствие к лицам с ОВЗ, что свидетельствует о наличии сострадания и понимания трудностей, с которыми сталкиваются такие люди. Таким образом, большинство опрошенных демонстрируют гуманное отношение к лицам с ОВЗ, что подтверждает общую установку молодежи на доброжелательность и поддержку людей с ограниченными возможностями [104, с. 105].

Исследование Т. В. Корнеевой, С. Е. Поддубного направлено на определение межкультурной толерантности молодежи. Оно выявило, что наибольший уровень толерантности присущ молодежи в возрасте 22–25 лет и 31–35 лет. Результаты исследования показывают, что среди молодежи лидирует позитивная этническая идентичность,

означающая положительное отношение как к собственному, так и другому народу. Это говорит о сформированности положительного самовосприятия и признании культурного разнообразия.

Следующим по распространённости показателем является этническая индифферентность, указывающая на отсутствие ярко выраженной привязанности к этнической принадлежности. Многие представители молодого поколения (особенно миллениалы) не придают большого значения вопросам этнической принадлежности, что можно рассматривать как признак космополитической направленности и отсутствия жесткой фиксации на этнической идентификации. Таким образом, молодежь сочетает в себе элементы позитивной идентичности и некоторую долю равнодушия к вопросам этничности [106, с. 197]. В целом, ситуация в межэтнической сфере в молодежной среде является стабильной и благоприятной [106, с. 199]. Молодежь проявляет высокую степень адаптивности к культурному многообразию, так как это открывает широкие возможности для самореализации, профессионального роста и личностного развития в условиях глобализованного мира и способствует построению гармоничных взаимоотношений с другими людьми. Ключевыми навыками для выстраивания и налаживания межкультурных отношений для молодежи становится толерантность, эмпатия и коммуникабельность [208, с. 129].

Причины толерантности молодежи к представителям других культур российские исследователи видят во влиянии двух факторов. В. Д. Нечаев и Е. Е. Дурнева считают, что причиной формирования толерантности у молодого поколения является интернет-среда. Благодаря

цифровым технологиям снизились географические, межрасовые и межэтнические барьеры в общении, расширился доступ к различным источникам информации и появилась возможность быстро устанавливать контакты с представителями других культур и народностей. Это облегчает знакомство с особенностями других стран и народов, развивает эмпатию и уважение к представителям иных культур, способствует формированию открытости и готовности воспринимать разнообразие как норму. Таким образом, цифровая среда способствует воспитанию толерантности и принятию различий, обеспечивая свободный обмен информацией и общение без ограничений, обусловленных пространством и временем [137, с. 36.]

Жизнь в поликультурной среде России также играет важную роль в формировании толерантности у молодого поколения. Поскольку наша страна исторически полиэтнична, совместное проживание, обучение и труд представителей разных народов и культур естественным образом способствуют выработке навыков межэтнического общения и взаимопонимания. Полиэтническая среда оказывает глубокое влияние на молодежь, формируя культуру диалога. Это обусловлено совместным проживанием на одной территории, получением начального, высшего образования, выполнением трудовых функций [208, с. 123]. Сосуществование с представителями других этносов требует от молодежи овладения специальными знаниями и умениями, необходимыми для успешного межкультурного общения. Эти навыки позволяют сохранить собственную этическую идентичность, одновременно проявить уважение к традициям и обычаям других народов. Постоянное взаимодействие в условиях многокультурного общества спо-

собствует развитию способности к сотрудничеству и взаимодействию, обогащает жизненный опыт и усиливает культурное разнообразие.

Таким образом, характерной чертой современной молодежи является принятии инаковости. Молодежь понимает важность учета интересов всех членов социума, поскольку стремиться жить в обществе равных возможностей. У цифрового поколения начинает формироваться инклюзивная культура, которая представляет собой комплекс мер и установок, направленных на устранение барьеров, препятствующих равноправному участию всех членов общества в социальной жизни. Формирование инклюзивной культуры включает в себя как теоретическое осознание необходимости равенства и справедливости, так и практические шаги по созданию условий, обеспечивающих равные права и возможности каждому человеку. Для цифрового поколения такая установка приобретает особое значение, поскольку современные технологии предоставляют широкие возможности для коммуникации и сотрудничества между людьми разного происхождения, культуры, религии, экономического положения и социального статуса [206, с. 128]. Таким образом, категория справедливости является ключевой составляющей мировосприятия молодежи. Принцип равенства прав всех категорий граждан воспринимаются молодежью как важная ценность. Установка молодежи на инклюзивность укрепляет морально-нравственное ядро личности, формирует активную гражданскую позицию и положительно влияет на развитие субъектности.

Современная молодежь проявляет социальную активность, участвуя в общественно значимой деятельности. По словам Е.В. Шлегель, включенность цифрового поколения в решение общественных вопросов ярко проявляется в активности волонтёрских движений. Данные Росстата свидетельствуют, что численность зарегистрированных волонтёров достигла в 2020 году отметки в 2,7 млн человек, причём за последние годы их количество увеличилось пятикратно. Основную массу новоиспечённых активистов составляют молодые люди до 24 лет, для которых участие в благотворительных акциях – это не только возможность проявить инициативу и жизненную позицию, но и шанс найти близких по духу единомышленников [206, с. 127]. Участие в благотворительности и волонтерстве является мощным индикатором высокого уровня субъектности, проявляющегося в способности человека быть источником изменений и вносить личный вклад в преобразование окружающей действительности.

Цифровая молодежь проявляет большой интерес к экологическим проблемам, поддерживает инициативы по защите окружающей среды и внедрению экологически чистых технологий. Экологическое сознание становится частью общей картины ценностей и формирует новый стандарт жизнедеятельности молодежи. Среди распространенных экологических инициатив молодежи можно назвать участие в раздельном сборе мусора, в массовой посадке леса и субботниках. Молодые люди проводят очистку рек, озёр и водоёмов, оказывают поддержку приютам и питомникам для животных.

Е. В. Шлегель отмечает, что среди молодежи набирает популярность тренд экологичной осознанности, который поддерживается известными блогерами-инфлюэнсерами и ведущими брендами. Экологическая осознанность охватывает широкий спектр подходов и практик, направленных на минимизацию воздействия человеческой деятельности на природу и достижение устойчивого развития. Она включает в себя внимательное отношение к ресурсам, сведение к минимуму загрязнения окружающей среды, выбор экологически чистых продуктов и технологий, поддержку переработки отходов и энергоэффективности, продвижение активного образа жизни и заботы о природе. Важную роль в этом процессе играют и индивидуальные привычки потребителя, такие как разумное потребление, повторное использование предметов и обращение внимания на этикетки продуктов с целью выбора товаров, произведенных экологичным путём. В целом, экологическая осознанность направлена на формирование устойчивого и сбалансированного взаимодействия человека с природой, гарантирующего безопасность и комфорт нынешним и последующим поколениям.

В молодёжном языке стал широко использоваться английский термин *sustainability*, который переводится на русский язык как «устойчивое развитие» или «экологическая устойчивость». Суть этого понятия заключается в удовлетворение потребностей нынешнего поколения без ущерба для будущих поколений. Часто термин *sustainability* употребляют для обозначения подхода к ведению бизнеса, при котором организация стремится минимизировать негативное воздействие на природу и обес-

печивать устойчивое развитие на длительную перспективу. Каждая сфера деятельности, будь то маленький ресторан или крупное промышленное предприятие, должна функционировать ответственно, принимая во внимание экологические последствия и перспективу сохранения ресурсов [206, с. 127].

Экологическая позиция молодежи – это яркое свидетельство ее субъектности. Осознавая свою ответственность за судьбу планеты, молодые люди целенаправленно планируют свою деятельность, учитывая возможные последствия для природы и общества. Внутренняя потребность жить в гармонии с окружающей средой, защищать её и передавать потомкам здоровую среду обитания отражает зрелую нравственную позицию молодого поколения.

Ценностно-смысловая основа субъектности также охватывает мировоззренческие интересы молодёжи. В 2023 году был проведен опрос, целью которого было выявление ключевых философских вопросов, волнующих современное молодое поколение. В опросе участвовали студенты Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета, 130 человек 17–24 лет. Средний возраст испытуемых – 20 лет. В ходе опроса было выявлено, что наибольший интерес для молодежи представляют следующие философские проблемы: проблема смысла жизни (частота встречаемости ответа – 86 раз), проблема отношений (75), проблема смерти (64), этические (60), проблемы самопознания и развития личности (59), цифровой реальности (40). Наименьший интерес у молодежи вызывают проблемы философии религии (20), гносеологии (10), онтологии (5), эстетики (1).

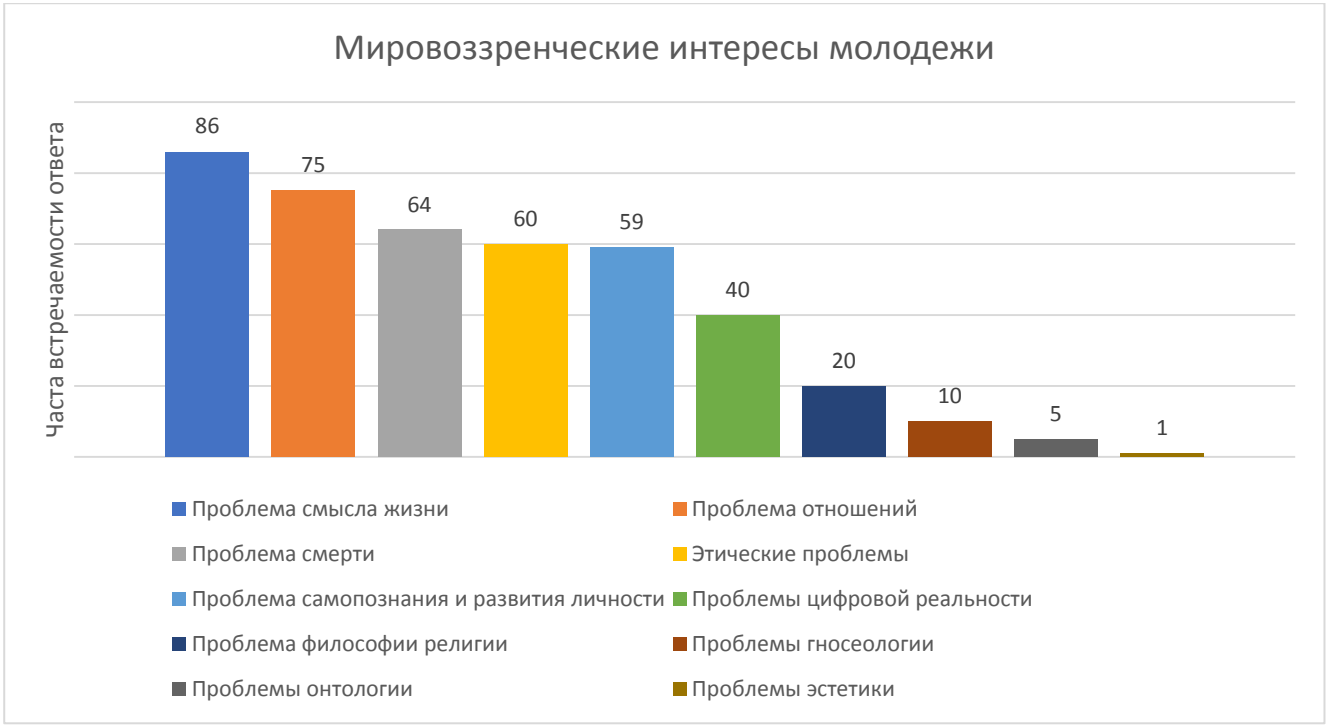


Рисунок 8 – Мировоззренческие интересы молодежи

По полученным результатам можно сделать вывод, что проблема смысла жизни является главным предметом интереса студентов. Этот интерес обусловлен особенностями современной жизни молодежи, которая характеризуется неопределенностью и быстрыми темпами развития событий, что создает значительные трудности для долгосрочного планирования и стабильного прогнозирования будущего. В условиях такой нестабильности молодые люди остро ощущают дефицит ясных ориентиров. Столкнувшись с постоянными вызовами и рисками, вызванными неопределенностью, студенты начинают задаваться базовыми вопросами о смысле жизни, целях существования и своем предназначении. Это свидетельствует о глубоком внутреннем поиске студентами своего места в мире, целей и ценностей, что отражает возрастающую потребность в осмысленной жизненной траектории.

Второй по значимости проблемой выступает сфера построения отношений, которая традиционно считается актуальной для юношеского возраста. Период юности отмечен попытками установить дружеские и романтические связи. Параллельно создаются предпосылки для появления ряда специфических негативных эффектов, таких как распространение фейковой дружбы, проявление агрессии в киберпространстве и конструирование искажённых виртуальных образов самих себя. Данные обстоятельства объективно повышают сложность процесса формирования стабильных и искренних межличностных отношений.

Значительная частота упоминания проблемы смерти заслуживает отдельного рассмотрения. Данная статистика свидетельствует о том, что молодые люди глубоко задумы-

ваются о конечности человеческого существования, пытаясь выработать индивидуальные стратегии преодоления страха перед неизбежностью конца. Высокий ритм жизни, постоянные стрессы и завышенные ожидания, характерные для современного общества, способствуют усилению чувствительности молодежи к таким вопросам. Контраст между показательной демонстрацией успеха и оптимизма в социальных сетях и реальной фатальностью и непредсказуемостью бытия создает острый внутренний конфликт, углубляющий интерес молодежи к философским аспектам данной проблемы.

Этические вопросы занимают четвертое место по частоте. В век тотальной информатизации и распространения релятивистских тенденций возрастает сложность моральной оценки поступков. Социальные сети демонстрируют разнообразные точки зрения, порой противоречащие друг другу, вызывая у пользователей когнитивный диссонанс и заставляя сомневаться в правильности собственных выборов. Необходимость нахождения прочных этических ориентиров служит основанием повышенного интереса молодежи к вопросам нравственного выбора и формированию собственных убеждений.

Самопознание и личностное развитие заняли пятую позицию по уровню значимости среди проблем, волнующих молодежь, что вполне закономерно, учитывая многочисленные личностные и профессиональные трудности, характерные для этого ключевого этапа жизни. Представителям цифрового поколения присуща острая потребность в осознании своих возможностей, выявлении природных дарований и определении собственного места

в непрерывно изменяющейся реальности. Осознанный выбор профессии, согласующейся с индивидуальными предрасположенностями и интересами, превращается в непростую задачу, несущую дополнительную ответственность и способствующую повышению уровня беспокойства относительно профессионального будущего.

Проблематика цифровой реальности находится на шестой позиции по частоте упоминаний, несмотря на сравнительно небольшую статистику, она сохраняет актуальность для молодежи. Это объясняется тем, что представители цифрового поколения буквально погружены в цифровую среду, сталкиваясь ежедневно с многочисленными последствиями её влияния – от нарушений конфиденциальности и утечек личных данных до проявлений кибертравли и виртуального насилия. Следует отметить, что вопросы цифровой реальности пересекаются с широким спектром обозначенных проблем: они воздействуют на процессы личностного и профессионального становления, соотносятся с вопросами этического выбора, а также оказывают значительное влияние на структуру и качество социальных связей. Следовательно, низкий процент упоминаний скорее говорит о диффузности и латентности данной проблемы, нежели о её незначительности.

Проблемы религиозной философии, гносеологии, онтологии и эстетики продемонстрировали наименьшую частоту упоминаний. Респонденты воспринимают данные проблемы как отвлеченные и отдаленные от их непосредственной жизни и текущих повседневных задач, что объясняет низкую репрезентативность этих областей в рамках проведенного исследования.

Таким образом, проведённое исследование мировоззренческих интересов молодежи позволило выявить, что основную озабоченность молодых людей составляют ключевые экзистенциальные вопросы, такие как поиск смысла жизни и попытка осознать своё место в быстро меняющемся мире. Значительный интерес вызывает проблема установления надежных и качественных межличностных отношений, так как в современном обществе высок риск столкнуться с фальшивыми связями и деструктивными взаимодействиями. Большое внимание уделяется формированию устойчивых этических ориентиров, позволяющих успешно функционировать в условиях нарастающей неопределенности и размытости моральных норм. Особое место занимает проблема самопознания и осуществления правильного выбора профессии, поскольку именно эти аспекты лежат в основе будущего успеха и стабильности. Анализ выявил тенденцию среди молодежи отдавать предпочтение приобретению связанных с жизнью знаний и практических навыков, необходимых для организации собственного пространства, нежели углубляться в изучение абстрактных теоретических концепций. Ориентация молодых людей на получение полезных компетенций, позволяющих эффективно справляться с жизненными ситуациями, подтверждает их стремление стать активными участниками процесса формирования своей судьбы, реализуя собственный потенциал и создавая условия для комфортного существования. Такое поведение является ярким проявлением субъектности.

3.2. Анализ структуры субъектности цифрового поколения

В 2023 году было проведено исследование структуры субъектности студентов Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. Измерение осуществлялось с помощью методики «Опросник изучения структуры субъектности» Е.Н. Волковой, И.А. Серегиной, которая выявляет уровни сформированности таких компонентов субъектности, как осознанная активность, способность к рефлексии, свобода выбора и ответственность за него, осознание собственной уникальности, понимание и принятие другого, стремление к саморазвитию. Исследование проводилось на той же выборке студентов.

По данной методике были получены следующие результаты. У 54,26 % испытуемых высокий уровень осознанной активности, что говорит о направленности испытуемых на достижение поставленных целей, способности к планированию и саморегуляции, осознании своей ответственности. 37,21 % испытуемых имеют средний уровень осознанной активности. Небольшое количество испытуемых (8,53 %) имеет низкий уровень. Данные респонденты испытывают трудности в постановке целей и в их достижении, в принятии ответственности за свои действия и решения.

По параметру «Способность к рефлексии» 25,58 % испытуемых имеют высокий уровень. Данные респонденты объективно оценивают принятые решения и перспективы. Большинство респондентов (59,69 %) набрали средние баллы по данному показателю. У 14,73 % испытуемых показатель находится на низком уровне. Это может

говорить о слабой способности к анализу своих действий и их оценке.

Показатель «Свобода выбора и ответственность за него» выражен на высоком уровне у 71,32 % испытуемых. Респонденты с высокими показателями признают себя авторами бытия, принимают собственную свободу и осознают последствия своего выбора. Средний уровень имеет 25,58 % респондентов. У 3,10 % испытуемых низкий уровень по данной шкале. Это может означать, что испытуемые испытывают трудности в принятии самостоятельных решений.

У 57,37 % испытуемых «Осознание собственной уникальности» выражено на высоком уровне. Испытуемые понимают и принимают собственную ценность, проявляют самоуважение, любовь и доверие к себе. 31,78 % респондентов имеют средний уровень развития данного показателя. Низкий уровень осознания собственной уникальности характерен для 10,85 % испытуемых. Испытуемые с низкими показателями не осознают свою индивидуальность и ее ценность.

«Понимание и принятие другого» выражено на высоком уровне у 83,72 % испытуемых. Респонденты с высокими показателями осознают уникальность других людей, признают их право иметь собственный взгляд на мир. 12,4 % студентов имеют средние баллы по показателю «Понимание и принятие другого». У 3,88 % испытуемых понимание и принятие других людей находится на низком уровне развития. Данным респондентам сложно признавать значимость и уникальность других людей. Они склоны к осуждению мировоззренческих позиций, несогласующихся с их видением реальности.

По шкале «Саморазвитие» 48,06 % испытуемых показали высокий уровень. Высокие показатели говорят о направленности респондентов на развитие личностных качеств и способностей. Средний уровень саморазвития имеют 48,06 % испытуемых. У 3,88 % респондентов низкий уровень по данной шкале, что означает отсутствие мотивации к самосовершенствованию и развитию своих способностей.

В целом по результатам изучения структуры субъектности можно сделать вывод о высоком уровне развития субъектности представителей цифрового поколения. Наиболее выраженными показателями субъектности респондентов являются «Понимание и принятие другого», «Свобода выбора и ответственность за него», «Осознание собственной уникальности». Полученные данные не согласуются с представлениями современных исследователей о цифровом поколении, которые высказывают мысли, что современная молодежь испытывает сложности в выстраивании взаимоотношений с другими людьми, в их понимании и принятии из-за недостаточной сформированности коммуникативный навыков и из-за снижения уровня социальной ответственности [53, с. 111]. Молодежь проявляют незрелость и негибкость в межличностном общении в повседневности, поскольку много времени проводит в сети [224, с. 134]. Исследователи склоняются к мысли, что виртуальная среда является плохой площадкой для развития коммуникативных способностей, поскольку только живое общение может протекать спонтанно и требует большей гибкости мышления, лабильности и концентрации внимания на себе и собеседнике [68, с. 80].

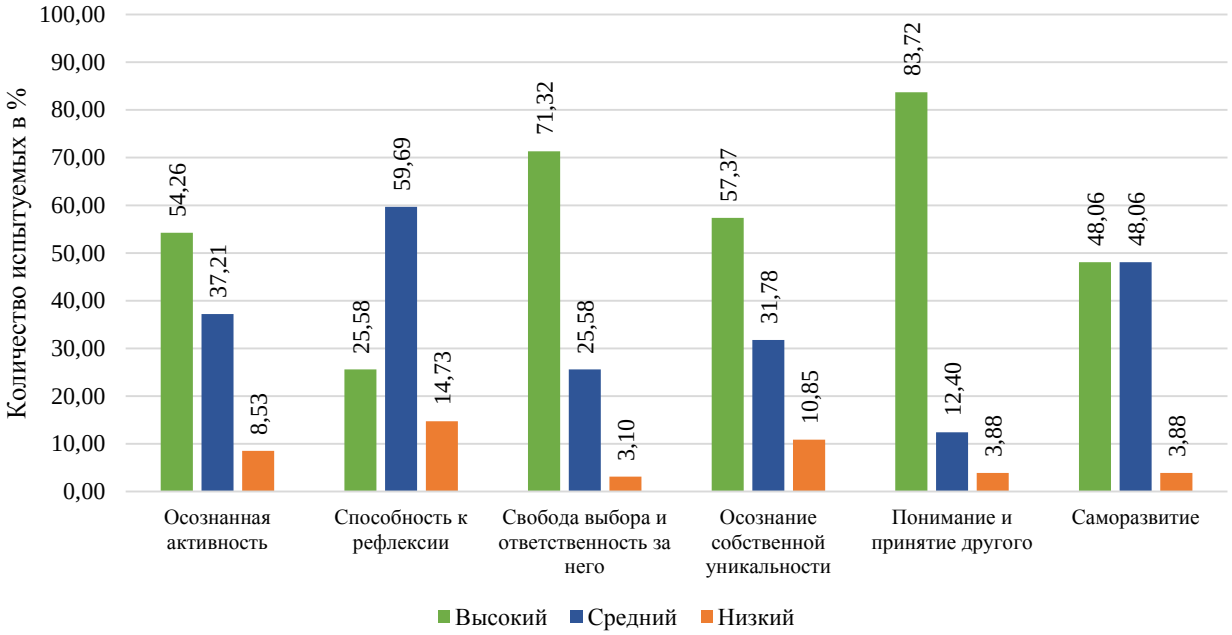


Рисунок 9 – Результаты исследования структуры субъектности по методике Е. Н. Волковой, И.А. Серегиной

В современных исследованиях представителей цифрового поколения сравнивают с монадами, которые не имеют доступа к подлинному миру, теряют возможность участвовать в открытом диалоге. Отмечается, что виртуальная коммуникация ориентирована не на понимание другого человека, а на самопрезентацию [128, с. 198]. Однако высокий показатель субъектности «Понимание и принятие другого» находится в противоречии с представлениями ученых. В своем исследовании мы склоняемся к мысли, что цифровая среда способствует повышению активности молодежи, направленной на мир, расширяет горизонт опыта субъекта, обогащает его новыми социальными связями [39, с. 61]. Наблюдая социокультурное разнообразие в интернет-пространстве, молодежь становится более заинтересованной в выстраивании диалога, в основе которого лежит понимание ценности и уникальности других людей, уважительное отношение к их мировоззренческим установкам.

Следует обратить внимание на то, что у респондентов высокие показатели по шкале «Свобода выбора и ответственность за него». Большинство студентов готово совершать свободный выбор, включаться в деятельность для достижения поставленных целей. Ответственность не является для них проблемной зоной, они осознают существующие ограничения и неизбежность ответственности за принятые решения [33, с. 46].

3.3. Образовательные и помогающие практики развития субъектности

Актуальность рассмотрения образовательных и помогающих практик развития субъектности обусловлена рядом важных обстоятельств. Во-первых, современное общество переживает глубокие перемены, вызванные стремительным развитием информационных технологий и изменением культурных и экономических и социально-политических реалий. В таких условиях задача подготовки активных, самостоятельных и независимых членов общества приобретает ключевое значение. Человек должен уметь свободно выбирать жизненный путь, брать ответственность за решения, проявлять инициативу и творческие способности. Соответственно, перед образовательными организациями и педагогическим сообществом встаёт важная задача разработки и внедрения новых практик, направленных на укрепление субъектности обучающихся.

Во-вторых, ряд исследований показывает, что молодежь подвержена ряду рисков, связанных с цифровизацией, которые негативно сказываются на личном и профессиональном росте и готовности к самостоятельной жизни. Постоянное использование цифровых устройств может привести к зависимости молодого поколения от технологий, ухудшая способность концентрироваться, снижая мотивацию к активному взаимодействию с внешним миром и уменьшая физическую активность. Чрезмерная опора на цифровые инструменты способна вытеснить базовые умения человека. Сейчас стремительно сокращается опыт рефлексии, продуктивной обработки информации, сни-

жается качество живого общения и построения доверительных взаимоотношений. Обучение навыкам развития субъектности становится необходимым условием успешной социализации молодежи и их профессионального становления.

Обращение к развитию субъектности молодого поколения важно не только с практической стороны, но и соответствует гуманистическим традициям отечественной психологии и педагогики. Ведь именно эти качества позволяют молодым людям раскрыть свою индивидуальность и активно влиять на собственную жизнь. Гуманистический подход предполагает, что воспитание и обучение призваны раскрыть внутренний потенциал каждого человека, поддержать его творческое начало и развить самостоятельность. Между тем современная тенденция к унификации образовательного процесса зачастую вступает в противоречие с принципами природосообразности педагогического воздействия. Изучение и внедрение эффективных способов укрепления субъектности помогает преодолеть этот дисбаланс, обеспечив разумное сочетание систематизированных знаний и полноценного раскрытия творческого начала каждой отдельной личности.

Представленные ниже практики направлены на поддержание и развитие ключевых аспектов субъектности. Некоторые из них легко интегрируются в учебный процессы и могут быть использованы при преподавании гуманитарных наук, часть из них может использоваться как практика самопомощи.

Первая группа практик направлена на развитие таких компонентов субъектности, как осознанная актив-

ность, свобода и ответственность. Осознанная активность является важным компонентом субъектности, поскольку она отражает способность индивида эффективно управлять своими действиями, осмысленно выбирать цели и средства их достижения. Для формирования и укрепления осознанной активности молодого поколения используются разнообразные методы и приемы, направленные на развитие ключевых компетенций в области целеполагания и планирования.

Развитие навыков целеполагания и планирования тесно связано с формированием свободной и ответственной личности. Когда человек ясно формулирует свои цели и планирует шаги для их достижения, он ощущает контроль над собственной жизнью, приобретает опыт самостоятельного выбора направлений жизни. Целеполагание учит ставить перед собой реалистичные и достижимые задачи, рассчитывать ресурсы и учитывать возможные риски, что требует дисциплины, организованности и ответственности. Параллельно формируется свободное мышление: определяя приоритеты и выбирая оптимальные пути, человек реализует личную свободу выбора и принимает решение действовать согласно своим убеждениям и ценностям. Чем больше опыта приобретено в постановке и достижении целей, тем легче человеку сохранять внутреннюю гармонию и чувствовать удовлетворение от жизни. Следовательно, развиваясь в одной области (например, осваивая принципы грамотного целеполагания и планирования), мы неизбежно совершенствуемся и в другой сфере (обретаем независимость и ответственное отношение к собственным поступкам). Это взаимодопол-

няющее развитие укрепляет личностный рост, обеспечивая всестороннюю реализацию потенциала каждого человека.

Развитие осознанной активности начинается с умения правильно формулировать цели и достигать их. Одним из эффективных инструментов для постановки и анализа жизненных приоритетов является техника «Колесо жизненного баланса». Колесо жизненного баланса представляет собой круг, разделённый на секторы, отражающие основные сферы жизни человека: образование, карьеру, семью, друзей, здоровье, хобби, отдых и прочие значимые аспекты. Человек самостоятельно оценивает своё текущее положение в каждой сфере по десятибалльной шкале, где 10 баллов соответствуют высшему уровню удовлетворения [209, с. 252]. Полученные оценки становятся основой для последующего анализа и построения индивидуальных планов действий на короткие (месяц), средние (три месяца) и длительные (год) периоды времени. Этот инструмент позволяет наглядно увидеть существующие перекосы в развитии тех или иных областей жизни и своевременно скорректировать усилия, направляя их на гармонизацию общего жизненного пространства.

Методика *SMART* служит дополнением к технике колеса жизненного баланса и применяется для постановки чётких, достижимых и реалистичных целей. Суть методики заключается в постановки перед собой краткосрочных и долгосрочных целей в соответствии с принципами *SMART*:

1. Конкретность *(Specific)* – цель должна быть ясно сформулированной и однозначной, исключающей двусмысленность интерпретаций;

2. Измеримость *(Measurable)* – наличие объективных критериев, позволяющих отслеживать прогресс и оценивать итоговый результат;

3. Достижимость *(Achievable)* – адекватность поставленных задач относительно имеющихся ресурсов, времени и навыков индивида;

4. Значимость *(Relevant)* – согласованность цели с общей жизненной стратегией и ценностными установками человека;

5. Ограниченность во времени *(Time-bound)* – установка конкретного срока исполнения, придающего процессу динамичность и дисциплинирующего [258, с. 38].

Использование технологии *SMART* особенно полезно при формировании краткосрочных и долгосрочных целей, так как повышает вероятность успешного их достижения. Применение современных технологий, таких как мобильные приложения для планирования, существенно улучшает качество целеполагания благодаря возможности дробления сложных целей на подцели, своевременному контролю сроков выполнения и уведомлениям. Постановка целей, сформированных согласно принципам *SMART*, фиксируется в списках дел на смартфоне, обеспечивая постоянный доступ и контроль над выполнением запланированного.

Ещё одна эффективная техника целеполагания – составление «интеллект-карты». Центральное место на карте занимает глобальная стратегическая цель, вокруг которой

размещаются взаимосвязанные тактические и оперативные задачи. Каждая ветвь заканчивается простыми и конкретными заданиями, к решению которых можно приступать безотлагательно. Таким образом, интеллектуальная карта обеспечивает наглядное представление структуры целей и стимулирует постепенную их реализацию, переходя от общего замысла к простым действиям, осуществимым немедленно [31, с. 14].

Помимо выявления конкретных шагов для достижения поставленных целей, крайне важно провести оценку собственных ресурсов, обеспечивающих их реализацию. Эту задачу решает ещё одна техника целеполагания – «Жизненные перспективы». Студенту предлагается разделить лист бумаги на четыре раздела, посвящённых разным аспектам планирования: личные цели, их значимость, требуемые действия и имеющиеся ресурсы. Первым шагом становится фиксация ряда краткосрочных и долгосрочных целей, ранжированных по степени их важности. Следующие этапы включают определение мер, необходимых для воплощения целей, понимание их персональной значимости и инвентаризацию внутренних и внешних ресурсов, которыми располагает субъект. Такая детализированная схема даёт ясное представление о текущем положении дел и открывает перспективы для рационального распределения усилий, помогает выбрать оптимальную траекторию профессионального и личного развития.

Представленные техники целеполагания направлены на формирование осознанной стратегии жизни, способствуют улучшению навыков планирования и привно-

сят стабильность и организованность в жизнедеятельность субъектов [30, с. 143].

Далее рассмотрим техники, нацеленные на развитие важного компонента субъектности – способности к рефлексии. Способность к рефлексии играет важнейшую роль в формировании осознанного подхода к жизни. Без нее человек не может понять свой субъективный опыт взаимодействия с реальностью, определить собственную систему ценностей и осуществить целенаправленную деятельность в мире.

В условиях переизбытка информации умение рефлексировать приобретает особую значимость, ведь именно оно помогает человеку укрепить внутреннюю целостность, выявить личные смыслы и ценности, критически оценить свое поведение в конкретной ситуации. Тем не менее ускорение ритма современной жизни и рост объемов поступающей информации способны отвлечь личность от процесса самоосознания, необходимого для понимания глубинных смыслов собственного бытия, от разработки эффективных жизненных стратегий и выстраивания гармоничных взаимоотношений с окружающим миром. Следует подчеркнуть, что, согласно проведенному опросу, уровень способности к рефлексии оказался ниже остальных показателей субъектности, что свидетельствует о необходимости приложения усилий по развитию данной компетенции.

Гуманитарные дисциплины обладают огромным потенциалом для развития рефлексии, поскольку глубоко погружают в решение мировоззренческих вопросов. Работа с философскими текстами на занятиях может стать эф-

фективным способом развития рефлексии и продуктивной интроспекции, поскольку требует активного участия читателя в процессе освоения материала. И. Кант подчеркивал, что эффективное освоение философского текста включает три последовательные стадии, содействующие глубокому осмыслению и развитию рефлексивных навыков. Прежде всего читатель не должен пассивно впитывать идеи автора, напротив, он обязан активно взаимодействовать с материалом, обрабатывая его в своём мышлении. Настоящее понимание позиции автора достигается лишь тогда, когда читатель целиком погружается в его логику, принимает его предпосылки и пытается взглянуть на предмет глазами самого автора. Завершающим этапом является возвращение к своему внутреннему миру, проверка усвоенных идей на соответствие личным ценностям и опыту [216, с. 180]. В случае возникновения разногласий важно разобраться в причинах противоречий и привести взвешенные аргументы, подтверждающие выбранную позицию. Эффективным инструментом закрепления таких навыков служит техника сравнения взглядов автора и собственных убеждений, в ходе которой выделяются совпадающие моменты и обнаруживаются несоответствия, подлежащие детальному обсуждению и изучению.

Один из инструментов понимания является душевный мир того, кто производит анализ. Толкование текста определяется бытием самого интерпретатора. Через выбранный смысловой контекст и через его раскрытие сам интерпретирующий субъект осознает себя в своей жизненной ситуации. Интерпретация позволяет прояснить ценностные ориентиры личности, которые связаны с про-

шлым и задают траекторию в будущее. Читатель стремиться понять творческий замысел автора и посредством этого определяет важные для себя духовные ценности, на которые он опирается в своей жизнедеятельности [28, с. 93].

Действенным методом развития рефлексивных способностей является медленное чтение. Медленное чтение – это выразительное, осознанное чтение с параллельной аналитической работой и комментариями, стимулирующее глубокое осмысление текста и активное размышление читателя [79, с. 60].

Техника медленного чтения имеет свой алгоритм. Сначала проводится отбор небольших по объёму литературных произведений, обладающих культурной значимостью и ценностью. Затем в выбранном тексте выявляются неясные или противоречивые фрагменты, на основании которых формируются проблемные вопросы. Следующим шагом становится поиск ответов на поставленные вопросы, что и составляет суть комментирования. Авторы О. Н. Зимнева и О. А. Лаптева предлагают дополнить алгоритм медленного чтения анализом ключевых слов, что позволяет глубже проникнуть в смысл текста и особенности авторского стиля, а также исследованием интертекстуальных связей, способствующих раскрытию идейно-художественного значения текста произведения посредством установления ассоциаций с другими культурными и литературными источниками. Эти дополнительные элементы улучшат качество восприятия текста и обогащают читательский опыт [79, с. 61].

Таким образом, техника медленного чтения позволяет значительно повысить уровень понимания и глубины

восприятия содержания. Обычно оно противопоставляется быстрому чтению, предназначенному исключительно для поверхностного ознакомления с информацией. Медленное чтение фокусирует внимание на деталях, тонкостях стиля и глубинных смыслах, скрытых за внешним слоем повествования.

Научные исследования подтверждают, что замедленный ритм чтения даёт мозгу дополнительное время для тщательной переработки полученной информации. В процессе медленного чтения индивид внимательнее следит за структурой текста, логикой изложения и лексическими средствами выражения. Благодаря этому лучше развиваются навыки анализа, синтеза и критического мышления.

Кроме того, медленное чтение благотворно влияет на формирование устойчивых ассоциативных связей между новыми знаниями и предшествующим опытом. Постепенно осваивая текст, субъект получает возможность всесторонне рассматривать полученную информацию, устанавливать параллели с предыдущими наблюдениями и интегрировать новое знание в целостную систему личного опыта и мировоззрения.

В целом, техника медленного чтения способствует глубокому осмыслению философских проблем на семинарских занятиях, позволяя студентам развивать способность к рефлексии и осознанному восприятию материала.

На занятиях гуманитарного цикла для развития способности к рефлексии можно применять метод сократического диалога. Под сократическим диалогом понимается форма совместного аргументированного диалога между

людьми, которая основана на постановке вопросов и формулировке ответов на них [31, с. 14]. Сократический диалог стимулирует участников к активной рефлексивной деятельности, поскольку не предполагает готовых решений. В ходе дискуссии каждый собеседник имеет возможность прийти к истине, либо обогатить собственное мировоззрение.

Данный метод прежде всего нацелен на совершенствование критического мышления студентов. Участвуя в сократическом диалоге, обучающиеся осваивают умение анализировать информацию, строить обоснованные выводы и принимать взвешенные решения. Применение такого подхода также способствует формированию навыков эмоциональной саморегуляции. Участники овладевают способностью управлять собственными эмоциями, мыслями и поведением, убедительно защищать собственную точку зрения посредством логической аргументации [30, с. 141].

Поскольку указанный метод применим практически в любых ситуациях вербального общения, его использование возможно в рамках онлайн-взаимодействия как с живым собеседником, так и с виртуальным ассистентом, что особенно привлекательно для представителей цифрового поколения. Проведение сократического диалога в онлайн-режиме требует от участников более четкого и подробного изложения собственных идей, поскольку здесь отсутствует возможность передачи информации невербальными средствами (интонацией, мимикой, жестикуляцией). При развернутом выражении мыслей человеку проще обнаружить противоречия в своих рассуждениях.

Важно отметить, что проведение сократического диалога в онлайн-формате усиливает глубину рефлексии, поскольку участник не только проясняет собственную мировоззренческую позицию, но и стремится ясно выразить её другому человеку. Для этого ему необходимо учитывать восприятие текста оппонентом, представляя себя на его месте. Вместе с тем специфика удалённого формата ограничивает возможности работы над эмоциональной сферой, так как непосредственный контакт снижает силу эмоциональных откликов участника [30, с. 141–142].

При работе со студентами с низкой способностью к рефлексии особое внимание следует уделить созданию условий для приобретения ими рефлексивного опыта самоопределения. Это подразумевает организацию занятий, направленных на глубокое осознание личностных ценностей и смысла жизни. Формирование таких представлений эффективно осуществляется путем систематического изучения и анализа литературных и философских произведений. Работа с художественными произведениями и философскими концепциями обогащает внутренний мир студента, помогая глубже понять самого себя и окружающий мир, развить способность к объективной оценке происходящих событий, выработать собственную систему ценностей, на основе которой субъект будет строить обоснованные нравственные взгляды.

В качестве помогающих практик развития рефлексии и ответственности в принятии решений можно использовать нарративные методики. Они позволяют не только осмысливать личную биографию, но и формировать навыки целеполагания, определять систему ценно-

стей, создавать позитивный взгляд на будущее. Нарративные практики трактуются широко как антропоцентрические подходы, представляющие собой совокупность приемов, направленных на осмысление и интерпретацию структуры, содержания и смысла жизненных историй. Такие практики способствуют созданию новых способов толкования прошлого для улучшения психологического состояния и общего самочувствия субъекта. В качестве нарративных практик могут выступать: дневниковые записи, автобиографии и повествования с элементами исповеди [29, с. 27].

Личный дневник представляет собой нарративный пополняемый текст, состоящий из фрагментарных записей, которые ведутся регулярно и чаще всего сопровождаются указанием даты. Личный дневник выступает формой фиксации значимых внешних и внутренних событий, отражаемых автором от первого лица [77, с. 232].

Дневниковые заметки содержат элементы авторефлексии, благодаря которым субъект глубоко задумывается о своем восприятии реальности и представлении о себе. Процесс написания дневника служит средством вербализации жизненного опыта. При перечитывании записей автор дистанцируется от переживаний, становится сторонним наблюдателем прошлых событий, что открывает возможности для глубокой рефлексии, переоценки личной истории и извлечения важных уроков [29, с. 33].

Дневник как разновидность нарративной практики существенно влияет на становление субъектности, так как ведение личных записей фокусирует внимание человека на внутреннем мире. Осознанное отношение к собствен-

ным переживаниям создает прочную основу для согласования индивидуальных смыслов и ценностей с внешней активностью, обеспечивая гармонию внутреннего и внешнего миров личности.

Регулярное ведение дневника воспитывает чувство ответственности, играющее ключевую роль в развитии субъектности. Описывая произошедшие события, человек пребывает на рефлексивном уровне: он способен критически оценивать совершённые действия, определять причины своих неудач и находить пути предотвращения аналогичных ситуаций в будущем. Благодаря этому процессу человек осознаёт себя творцом настоящего и будущего, отвечающим за качества собственной жизни [29, с. 33].

В условиях современности традиционный бумажный личный дневник эволюционирует в новую форму – интернет-дневника или блога [27, с. 18]. Основные преимущества использования интернет-дневника (блога) как инструмента формирования субъектности состоят в совершенствовании навыков самопрезентации, саморегуляции и выражения собственной индивидуальности. Освоение искусства самопрезентации развивает субъектность, так как способствует концентрации внимания на успехах, осознанию сильных качеств личности, укреплению уверенности в себе и формированию позитивного Я-образа. Создание блога предоставляет уникальную возможность презентовать себя широкой аудитории, поделиться личным опытом, яркими событиями, проявить креативность и раскрыть свой творческий потенциал [27, с. 39].

Использование блогов, по сравнению с ведением традиционных личных дневников, демонстрирует мень-

ший рефлексивный потенциал, так как основной формой самопрезентации среди молодёжи часто становятся визуальные материалы. Применение визуального контента, запечатлевающего лишь факты повседневной жизни без последующего осмысления, не способствует развитию рефлексивных способностей и потому не может рассматриваться как средство развития субъектности [27, с. 40]. Напротив, текстовая самопрезентация способна оказывать положительное воздействие на этот компонент, если включает элементы анализа событий жизни.

Следующим видом нарративной практики является автобиография, представляющая собой упорядоченный рассказ человека о важнейших событиях собственной жизни. В отличие от дневника, автобиография характеризуется наличием ретроспективного взгляда на пройденный путь, когда воспоминания записаны спустя годы, обретая дополнительную степень осмысления. Человеческая память в данном жанре носит скорее конструктивный характер: человек не воспроизводит прошлое буквально, а зачастую дополняет или даже реконструирует некоторые эпизоды, допуская элемент художественного вымысла. Именно эта особенность роднит автобиографию с методами нарративной терапии, так как даёт возможность через повествование взглянуть на прошлые события глазами взрослого, зрелого человека, изменить своё представление о прошлом и скорректировать некоторые мировоззренческие установки, затрудняющее существование [2, с. 13].

Человек, создающий автобиографию, намеренно структурирует свои воспоминания, выделяя наиболее значимые моменты жизни. Этот жанр ломает привычную

хронологию, превращаясь в осмысленный аксиологический нарратив. Писатель организует поток воспоминаний в определённом порядке, исходя из собственной шкалы ценностей, придавая каждому событию особый экзистенциальный вес. Таким образом, сюжет автобиографии не копирует реальную биографию автора, а формируется путём усиления смыслов отдельных эпизодов, подчёркивающих ключевые точки напряжённости и поворотные моменты жизни [2, с. 14].

Создание автобиографии, как и ведение дневника, позволяет человеку осознать собственный опыт взаимодействия с действительностью и выделить значимые жизненные ценности. Однако ведение дневника далеко не всегда обеспечивает ясность относительно направления развития жизни. Напротив, автобиография охватывает гораздо больше аспектов человеческого существования: предыдущий опыт, понимание текущего момента и видение будущих перспектив. Вследствие этого человеку, занимающемуся созданием собственной биографии, значительно проще установить смысл жизни, определяющий дальнейшую траекторию его развития. Подобная функция автобиографии способствует формированию осознанности, выступающей ключевой характеристикой развитой субъектности [29, с. 35].

Интересной методикой развития субъектности является перевернутая автобиография. Она заключается в написании собственной биографии с конца к началу. Вместо описания событий жизни от детства к настоящему моменту, человек пишет историю своей жизни наоборот, что помогает посмотреть на прошлое и настоящее глазами будущего.

Процесс составления автобиографии в обратном порядке стимулирует планирование будущего исходя из настоящего, заставляет осуществить работу по переоценки ранее принятых решений для выявления упущенных возможностей и незавершённых проектов. Осознавая конечность жизни, человек ощущает остроту вопроса смысла и приходит к поиску путей заполнения собственного бытия ценностным содержанием, конструирования картины мира и определения своего места в действительности.

Таким образом, методика «Перевернутая биография» позволяет личности выйти за пределы повседневности, открывая доступ к фундаментальным вопросам бытия и способствуя обретению смысла, целостности и гармонии. Данная методика способствует осознанию человеком своей роли в построении собственной судьбы. Используя эту методику, человек может освободится от ощущения фатальности, обрести свободу действовать в направлении своих желаний и стремлений, выбирая тот вариант развития событий, который наилучшим образом соответствует его внутренним убеждениям и потребностям. Данная методика развивает способность принимать ответственное решение, формировать субъектную позицию, противостоять внешним обстоятельствам и сохранять контроль над собственной жизнью.

Осознание собственной уникальности выступает стержневым компонентом субъектности, поскольку служит фундаментом для формирования стабильного чувства собственного достоинства и свободной самореализации. Человек, сознающий свою уникальность, позиционирует себя как активный субъект, свободный в выборе и

ответственный за свои действия. Осознание уникальности способствует инициативе и творчеству, выступая необходимым условием эффективной адаптации и полноценной жизни в социуме.

Одним из действенных инструментов развития осознания собственной уникальности является практика коллажирования. Коллажирование (от фр. *collage* – наклеивание) – это практика создания художественного произведения путём приклеивания к определённой основе разнородных материалов различной цветовой гаммы и фактуры, образующих изображение [112, с. 40]. Суть практики заключается в том, что человек визуально воплощает аспекты своей личности, систему ценностей, идеалы и мечты, используя фотографии, рисунки, символы, знаки и цитаты. Создание подобного коллажа позволяет наглядно отразить внутренний мир и осознать собственные желания, пробудить мотивацию, прояснить мировоззренческие установки.

Этапы работы с данным инструментом включают:

1. Сбор материалов. Выбирается широкий спектр изображений, предметов и элементов, которые вызывают отклик у создателя коллажа. Сюда входят вырезки из журналов, личные фотографии, фрагменты картинок и многое другое;

2. Композиция коллажа. Материалы размещаются на холсте таким образом, чтобы сформировать единую композицию, отражающую разные грани личности и жизненных устремлений;

3. Анализ результатов. После завершения коллажа проводится глубокий анализ получившегося изображе-

ния. Вопросы, задаваемые самому себе, могут включать: Какие образы доминируют? Каково общее впечатление от композиции? Какие скрытые послания проявляются на рисунке?

4. Интеграция открытий. Выводы, сделанные в процессе анализа, интегрируются в повседневную жизнь. Открывшиеся ранее неизвестные стороны личности становятся предметом внимательного рассмотрения и возможной коррекции планов и ожиданий.

Этот инструмент эффективен для раскрытия внутреннего потенциала, нахождения скрытых ресурсов и осознания уникальности личности. Помимо эстетического удовольствия, коллажирование помогает выявить глубинные желания и установки, ранее не осознававшиеся, и поддержать уверенное продвижение к целям и мечтам.

Процесс коллажирования также способствует развитию эмоциональной саморегуляции, позволяя человеку выражать и осознавать свои переживания посредством творческой деятельности. Это создаёт условия для глубокого понимания собственных чувств и потребностей, развивает умение справляться с внутренними конфликтами и тревогами. Саморегуляция, в свою очередь, выступает важнейшим показателем развитой субъектности, поскольку именно способность контролировать своё поведение и эмоциональное состояние определяет степень автономии и самостоятельности индивида. Она обеспечивает основу для принятия взвешенных решений, эффективного взаимодействия с внешним миром и успешной адаптации к меняющимся условиям среды. Следовательно, развитие навыков саморегуляции через творческую деятельность,

такую как коллажирование, становится необходимым условием полноценного проявления субъектности и успешного функционирования личности в обществе.

Особые уникальные черты субъекта выявляются благодаря выполнению упражнения «Моя уникальность». Его лучше использовать во время проведения групповых тренингов на занятиях по педагогике или психологии. Данное упражнение опирается на теоретическое положение об уникальности каждой личности, предложенное гуманистической психологией. Участнику предоставляется набор разнообразных фигурок (например, деревянные игрушки, камешки необычных форм, природные объекты, пуговицы и др.). Из этого набора он выбирает те предметы, которые воспринимаются им как отражение его уникальных качеств, характеристик и чувств. Затем участники последовательно описывают свои выбранные фигуры, раскрывая их символические значения и ассоциации. Для раскрытия уникальных черт участников проводящий тренинг может задавать вспомогательные вопросы:

– Чем именно привлекательна для вас эта фигура?

– Какие чувства вызывает эта фигурка?

– Есть ли в вашей жизни какое-то событие или ситуация, которую напоминает эта фигурка?

– Может ли эта фигурка символизировать одно из ваших качеств? [115]

Рекомендуется после презентации своих качеств организовать беседу с участниками, в ходе которой исследуется динамика изменений в восприятии себя и других людей, анализируется осознание собственных ресурсов и по-

тенциальных возможностей для дальнейшего личностного роста и развития субъектности.

Ключевым этапом на пути к осознанию уникальности является понимание собственной значимости как отдельной личности. Здесь полезным окажется наблюдение за собой и изучение тех черт, которые делают нас непохожими на других. Простое, но эффективное упражнение способно ускорить этот процесс. Необходимо обратиться к близким друзьям, родственникам и знакомым с просьбой честно ответить на два простых вопроса: что выделяет меня среди других людей? Что вы во мне цените? Полученные ответы станут отправной точкой для глубокого самопознания и откроют двери к более глубокому осознанию собственной уникальности и ценности.

Следующим важнейшим компонентом субъектности выступает понимание и принятие другого индивида. Этот аспект обусловливает способность вступать в конструктивное взаимодействие с окружающими, сохраняя уважение к их мнению и праву на проявление своей индивидуальности. Овладеть данным навыком возможно посредством применения интерактивных методов, одним из которых выступают дебаты. Организация дебатов предполагает обсуждение заранее подготовленными группами двух противоположных позиций по выбранной актуальной тематике. Участники распределяются на команды защиты и оппозиции, каждая из которых обязана подготовить убедительную аргументацию своей позиции, привести контраргументы против утверждений противника и убедить аудиторию принять свою сторону.

Дебаты оказывают всестороннее воздействие на развитие субъектности, активизируя одновременно мыслительные процессы и практические навыки. Участие в дебатах способствует овладению искусством публичной коммуникации, учит уверенно держаться перед аудиторией, привлекать внимание слушателей и чётко излагать свои мысли. Интеллектуальная подготовка к острым дискуссиям расширяет горизонты знаний, развивает аналитические способности и умение оперировать доказательствами и фактами, подкрепляя свою позицию весомыми аргументами.

Кроме того, столкновение мнений в процессе споров заставляет участников мгновенно реагировать на возражения оппонентов, своевременно корректировать свою тактику, проявляя гибкость мышления. Грамотно организованная дискуссия прививает умение внимательно слушать чужие точки зрения, проявлять уважение к позициям других людей, налаживать доброе отношение и сотрудничество, что становится главным фактором воспитания толерантности и открытости ко всему многообразию человеческих взглядов.

Следующая техника «Шесть шляп мышления», разработанная британским психологом и специалистом по творческому мышлению Эдвардом де Боно, направлена на структурированное рассмотрение и оценку предмета обсуждения с различных точек зрения [38]. Этот подход способствует развитию критического мышления, понимания и принятия иных точек зрения, необходимых для формирования субъектности.

Участники выбирают тему или проблему для обсуждения. Каждому участнику назначается своя «шляпа», ко-

торая соответствует определенному типу мышления, его задача раскрыть тему, отразив особенности доставшейся познавательной установки. Группа последовательно переключается между различными «шляпами», давая каждому типу мышления шанс проявиться и внести вклад в исследование темы. Белая шляпа отражает сосредоточенность на фактах и информации. Человек с такой познавательной установкой собирает и обобщает имеющиеся данные, ставит вопросы о полноте и точности информации. Желтая шляпа символически показывает ориентацию на позитивные аспекты. Носитель желтой шляпы подчеркивает выгоды и полезные стороны объекта или явления, стремясь выявить позитивные эффекты даже в неблагоприятных обстоятельствах. Черная шляпа отражает скептическое мышление. Черная шляпа предназначена для обнаружения недостатков, рисков и возможных угроз. Ее обладатель критикует идеи, ищет уязвимые места и предостерегает от необдуманных действий. Красная шляпа показывает познавательный подход, основанный на интуитивных впечатлениях и эмоциональных реакциях. Человек в красной шляпе прислушивается к своим внутренним ощущениям и руководствуется впечатлениями и догадками. Зелёная шляпа – креативность и новаторство. Зеленая шляпа поощряет возникновение оригинальных идей и неожиданных решений. Её задача – инициировать мозговой штурм и вдохновлять на поиски свежих подходов. Синяя шляпа отражает управление процессом мышления. Синяя шляпа берет на себя координационную функцию, регулирует ход дискуссии, подводит итоги и намечает дальнейшие шаги.

После завершения сессии синяя шляпа подводит итоги, суммируя все полученные наблюдения и рекомендации. Совместно делается заключение, принимаются общие выводы и определяются дальнейшие шаги [158, с. 182–183].

Применение техники «Шесть шляп мышления» способствует развитию способности рассматривать объект или ситуацию с различных ракурсов, что принципиально важно для понимания и принятия различий между людьми. Работа с разными шляпами дисциплинирует мышление, снимает тенденцию полагаться только на удобную точку зрения и учит признавать разнообразие способов восприятия и познания действительности.

Значимым компонентом субъектности является саморазвитие, которое представляет собой непрерывный процесс самосовершенствования и личностного роста, направленный на полное раскрытие индивидуального потенциала. В процессе саморазвития человек концентрирует свое внимание на своих собственных желаниях, целях и приобретает необходимые знания, умения и навыки для их достижения. Представленные выше практики являются важными инструментами саморазвития, поскольку позволяют человеку раскрыть внутренний потенциал и повысить качество собственной жизни. Сочетание перечисленных практик создает мощный ресурс для личностного роста и качественного изменения жизни. Они помогают человеку стать целостнее, сильнее и свободнее, превращаясь в эффективный инструмент постоянного самосовершенствования.

Важным аспектом саморазвития служит умение концентрироваться на достигнутых успехах, что помогает преодолеть негативные переживания прошлого и испытать удовлетворение от преодоленных трудностей. Практичным решением здесь становится ведение «журнала успеха» – специального дневника, куда регулярно заносятся записи обо всех значимых событиях и достижениях, вне зависимости от их масштаба. Важно не только ежедневно фиксировать собственные победы, но и периодически возвращаться к страницам журнала в минуты усталости и сомнений. Это позволит поддержать высокий уровень мотивации и уверенности в собственных силах.

Современная цифровая среда может послужить дополнительным ресурсом для позитивного самовосприятия. Так, социальные сети предоставляют отличную площадку для публичной презентации своих достижений и признания заслуг друзьями и единомышленниками. Открытый рассказ о личном прогрессе способен вызвать волну одобрения и поддержки, способствующую увеличению самооценки и веры в собственные силы [30, с. 142].

Таким образом, представленные образовательные и поддерживающие практики способствуют комплексному развитию субъектности. Их содержание охватывает важнейшие составляющие: осознанная активность, способность к рефлексии, свобода и ответственность, осознание собственной уникальности, понимание и принятие других, саморазвитие. Данные практики ориентированы на формирование активной жизненной позиции личности, умение выявлять свои ценности и жизненные ориентиры, чётко формулировать цели, критически оценивать собственное поведение и брать на себя ответственность

за принятые решения и совершаемые действия, осознавать свою самоценность и принимать индивидуальность другого человека. Использование предложенных практик способствует формированию устойчивого внутреннего ресурса и готовности самостоятельно преодолевать жизненные трудности, создавая условия для полноценной самореализации личности. Интеграция этих упражнений в повседневную практику позволит создать ощущение внутреннего благополучия и откроет новые горизонты личностного роста.

Выводы по третьей главе

Цифровые технологии формируют особый тип субъекта, отличающийся повышенной активностью в виртуальном пространстве, быстрой адаптацией к новым условиям и способностью обрабатывать большие объемы информации. Одним из важнейших признаков такого субъекта является его уникальная ценностно-смысловая основа, определяемая особыми взглядами, ценностями, мировоззренческими интересами и жизненными принципами, складывающимися и развивающимися в условиях цифрового мира.

В ценностно-смысловой сфере цифрового поколения господствуют индивидуалистические ценности, способствующие развитию субъектности. Ориентация на персональные предпочтения и свобода выбора делают возможным активный подход к жизни, сознательное проектирование собственной судьбы и выбор путей личностного роста. Одновременно с этим современное молодое поко-

ление обладает особым типом сознания – «кентаврическим сознанием»: оно совмещает независимость взглядов, критичность по отношению к авторитетам и склонность нарушать устоявшиеся нормы с глубокой потребностью получать одобрение и признание от окружения.

Этот парадокс находит отражение в поведении молодежи в виртуальном пространстве. Современные технологии предлагают обширные возможности для самовыражения и самореализации. В частности, социальные сети становятся свободной платформой для демонстрации личных интересов, оригинальных идей и увлечений, позволяя создавать уникальный публичный имидж. Это сочетается со стремлением взглянуть на себя глазами другого и оценить, как тебя воспринимают окружающие. Такая деятельность способствует развитию рефлексии, необходимой для осознания и оценки собственного поведения, способствуя формированию автономной и ответственной личности в интернет-пространстве.

Исследование ценностно-смысловой сферы молодежи показало, что у цифрового поколения преобладает гедонистическое отношение к жизни, при котором имеет большее значение получение удовольствий, комфорт и материальное благополучие. Молодёжь стремится к профессиональному развитию, рассматривая его главным образом как путь к финансовой стабильности. Зачастую работа представляется молодым людям лишь средством для получения дохода.

Молодежь в силу своей гедонистической направленности стремятся жить сегодняшним днем, уделяя меньше внимания долгосрочным перспективам и целям. Однако

такая установка может способствовать открытости новым возможностям и адаптивности к изменениям среды.

Отсутствие долгосрочного планирования и четких жизненных ориентиров снижает уровень субъектности молодежи. Цифровое поколение сталкивается с трудностями в формировании чёткого представления о будущем и выборе жизненного пути, что порождает пассивное восприятие действительности и низкую включённость в социальные процессы.

Отсутствие долгосрочной жизненной перспективы препятствует полноценному формированию ценностно-смыслового ядра личности представителей цифрового поколения, вызывая внутренние переживания тревоги и потери смысла жизни, что ведет к снижению их субъектности. Молодым людям сложно самостоятельно находить глубокие смыслы бытия из-за неопределенности будущего и недоверия к ценностям предыдущих поколений, плохо согласующимся с современными реалиями. Это приводит к кризису субъектности, проявляющемуся в утрате уверенности в завтрашнем дне, чувстве беспомощности и отсутствии цельной картины мира.

В ценностно-смысловой сфере представителей цифрового поколения значительную роль играют принципы толерантности и равноправия. Молодые люди демонстрируют открытость к диалогу, уважение к ценностям и взглядам других людей, они воспринимают культурное разнообразие как важный ресурс для роста и развития общества. Приверженность данным ценностям способствует укреплению нравственного начала личности, развивает активную гражданскую позицию и благотворно сказывается на развитии субъектности.

Современная молодежь демонстрирует высокую степень социальной активности, вовлекаясь в разнообразные формы общественно-значимых инициатив – от благотворительных проектов до экологического волонтёрства. Такая позиция служит ярким показателем субъектности, позволяющей выступать инициатором изменений и вносить личный вклад в преобразование действительности.

Ценностно-смысловая основа субъектности также включает мировоззренческие интересы. Размышления молодых людей сосредоточены вокруг ключевых вопросов человеческого существования: поиск смысла жизни и попытки найти своё место в быстро меняющемся мире, построение доверительных взаимоотношений, укрепление этических ориентиров, самопознание. Значительная часть молодёжи нацелена на приобретение прикладных знаний и навыков, помогающих стать создателями своей судьбы и организовать собственную жизнь.

Изучение ценностно-смысловой сферы молодого поколения обусловливает необходимость исследования структуры субъектности. В исследовании в качестве представителей цифрового поколения выступили студенты Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. В ходе исследования структуры субъектности были получены следующие результаты. Большинство студентов обладают высокими показателями осознанной активности (54,26 %), способностью свободно выбирать и нести ответственность за свои поступки (71,32 %), а также глубоко осознают свою уникальность (57,37 %), понимают и принимают индивидуальные особенности других людей (83,72 %). Такие высокие значения говорят о сформированности важных аспек-

тов субъектности, позволяющих участникам исследований уверенно ориентироваться в ситуациях выбора, формировать устойчивую позицию относительно внешнего окружения и реализовывать собственный потенциал.

Наиболее уязвимыми компонентами субъектности являются способность к рефлексии (14,73 % студентов с низкими показателями) и осознание собственной уникальности (10,85 % респондентов с низкими показателями). Студенты с низким уровнем рефлексивных навыков испытывают трудности с проведением глубокого анализа своих переживаний, желаний и мотивов, а так же с извлечением полезных выводов из полученного опыта и своевременной коррекцией своего поведения. Низкий уровень рефлексии негативно отражается на способности осознанно подходить к выбору жизненных путей, адаптироваться к изменяющимся обстоятельствам и эффективно решать повседневные задачи. Это вызывает серьёзную обеспокоенность, ведь способность к рефлексии лежит в основе многих других элементов субъектности. Например, без должного уровня рефлексии трудно развиваться профессионально и личностно, правильно распоряжаться своей свободой и реализовывать жизненные планы.

Серьёзным фактором риска в структуре субъектности является низкий уровень осознания собственной уникальности. Осознание индивидуальных особенностей и достоинств выступает базисом для формирования субъектности, так как оно способствует адекватной самооценке, стимулирует креативность и личностное развитие, формирует индивидуальный стиль жизнедеятельности и повышает шансы на самореализацию. Таким образом, указанный показатель играет ключевую роль в становле-

нии субъектности, способствуя раскрытию личностного потенциала и успешной адаптации студентов в современном мире.

Таким образом, общая картина структуры субъектности выглядит следующим образом: многие представители цифрового поколения обладают достаточно высоким уровнем субъектности, что благоприятствует достижению успеха в реализации жизненных целей. Вместе с тем у некоторых из них наблюдаются значительные пробелы в развитии рефлексивного компонента и осознания собственной уникальности, что тормозит полноценное раскрытие потенциала. Полученные результаты подтверждают необходимость систематической работы по развитию способности к рефлексии и понимания собственной уникальности для достижения оптимального баланса в процессе личностного развития.

Нами были описаны образовательные и помогающие практики развития ключевых аспектов субъектности, которые могут интегрироваться в учебный процесс или использоваться как способы самопомощи.

Развитию осознанной активности способствует обучение постановке целей и планирование действий с использованием техник «Колесо жизненного баланса», «Жизненные перспективы», *SMART*, интеллектуальных карт. Целеполагание и эффективное управление своим временем помогают молодым людям выстраивать свою жизнь последовательно и осмысленно.

Целеполагание невозможно без формирования способности к рефлексии, воспитания свободы и ответственного отношения к жизни. Важной частью развития субъектности цифрового поколения является использование

практик, направленных на развитие саморефлексии и определение смысложизненных ориентиров. К таким практикам относятся медленное чтение, сократический диалог, ведение дневников, написание обычных и перевернутых автобиографий.

Особое внимание заслуживает формирование осознания собственной уникальности. Эта задача решается с помощью таких упражнений, как создание персонального коллажа, отражающего внутренний мир, или выполнение задания «Моя уникальность», в рамках которого участники презентуют свои индивидуальные особенности. Эти практики позволяют ощутить собственную неповторимость и почувствовать гордость за свою личность.

Другим направлением повышения субъектности является развитие понимания и принятия другого. Формирование умения слышать собеседника и видеть мир глазами другого реализуется благодаря участию в дебатах и применению метода «Шести шляп мышления». Через такую практику развивается культура дискуссии, повышается уровень уважения к чужой точке зрения и появляется способность устанавливать контакты.

И наконец, важным этапом в развитии субъектности является саморазвитие. Поддержка в достижении целей достигается через ведение «журнала успехов», фиксацию достижений и периодическое возвращение к ним. Такой подход повышает внутреннюю уверенность в своих силах и усиливает желание идти дальше, несмотря на возможные препятствия.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Исследование было направлено на изучение субъектности представителей цифрового поколения. В процессе исследования были решены следующие задачи:

1) рассмотрены основные подходы определения субъектности;

2) выявлена структура субъектности;

3) составлена классификация типов субъектности;

4) изучены психологические особенности цифрового поколения;

5) определены уровни развития компонентов структуры субъектности представителей цифрового поколения;

6) рассмотрены образовательные и помогающие практики, способствующие развитию субъектности.

Теоретический анализ научной литературы по проблеме исследования показал, что следует выделять шесть подходов, описывающих разные аспекты субъектности. В эволюционном подходе субъектность выступает как основной источник преадаптации, суть которой заключается в предварительном приспособлении к будущему путем скачкообразной качественной реорганизации живой системы. Развитие субъектности с точки зрения эволюционного подхода осуществляется благодаря активному поиску новых эффективных стратегий, которые способствуют расширению границ индивидуального и социального опытов.

В гносеологическом подходе субъектность раскрывается как способность человека быть активным и автономным участником познавательной и практической деятельности. Она невозможна без ориентации на собственную индивидуальность и осознание своей активной роли в познания и преобразования действительности.

В феноменологическом подходе центр субъектности представляет собой трансцендентальное Эго, которое конструирует объекты в сознании и сопрягает феномены с их смыслом. Субъектность проявляется через интернациональный акт и имманентную направленность сознания на предмет восприятия.

В экзистенциальном подходе субъектность связывается со способностью человека осознавать себя как причину своего индивидуального существования, с умением предпринимать свободные решения и нести за них личную ответственность, с пониманием авторства собственного бытия. В качестве важного показателя субъектности в экзистенциализме рассматривается творчество, приводящее к саморазвитию и наиболее полному раскрытию потенциала личности.

В системно-деятельностный подходе субъектность описывается как качество индивида, проявляющееся в общении и деятельности, позволяющее осуществлять преобразовательное, активное и творческое отношение к себе и к миру. Она помогает субъекту самостоятельно и творчески организовывать свой жизненный путь, выступать в качестве творца своей жизненной истории.

В ценностно-смысловом подходе субъектность раскрывается как способность создавать ценности и смыслы,

которые выступают инициирующим и руководящим началом для всех форм активности субъекта. Субъектность в ценностно-смысловом аспекте проявляется через взаимодействия, которые строятся на основе диалога, сотрудничества, сотворчества, что повышает инициативность субъекта, способствует раскрытию и актуализации его личности.

На основе проведенного сравнительного анализа литературы была описана структура субъектности как система взаимосвязанных компонентов. Субъектность включает в себя следующие показатели: осознанная активность, способность к рефлексии, свобода выбора и ответственность, осознание собственной уникальности, понимание и принятие другого, саморазвитие.

Анализ научно-исследовательской литературы позволил составить классификацию типов субъектности. В качестве первого типа была выделена витальная субъектность, которая отражает свойство живого организма быть субъектом биологической активности. Второй тип представлен рефлексивной субъектностью, проявляющейся в виде способности субъекта к осознанной активности. Третий тип – социальная субъектность, отражающая включенность индивида в общественную жизнь. Четвертый тип представлен экзистенциальной субъектностью, которая выражается в смысловой наполненности жизни, проявляется в преобразовании личности самой себя и окружающей действительности.

Проведённое исследование позволило выявить характерные психологические черты цифрового поколения, путем анализа когнитивной, коммуникативной, эмоцио-

нально-волевой, поведенческой и ценностно-смысловой сфер личности молодежи.

Когнитивная сфера характеризуется высокой способностью к многозадачности, которая сопровождается ухудшением концентрации внимания, аналитического мышления и снижением объема долговременной памяти.

В коммуникативной сфере цифровое поколение стремиться минимизировать энергетические затраты на передачу сообщений, поэтому отдает предпочтение простым и быстрым способам передачи информации. Литературные формы речи уступают место сокращениям, аббревиатурам и простым грамматическим конструкциям. Особенностью письменной речи цифрового поколения является активное использование невербальных знаков – эмодзи, смайликов, гифок, мемов, компенсирующих нехватку непосредственного контакта и придающих сообщениям дополнительный эмоциональный окрас.

При этом цифровая молодежь отличается высоким уровнем креативности в создании новые лексических единиц и устойчивых выражений, которые стремительно пополняют словарный запас. Ярким проявлением субъектности цифрового поколения является создание оригинального молодежного сленга, появление которого отражает стремление молодых людей активно воздействовать на родной язык, утверждать свое право формировать и трансформировать языковые нормы.

Коммуникативная сфера цифрового поколения определяется постепенным стиранием границ между виртуальным и реальным общением. Особенности виртуальной коммуникации оказывают существенное влияние на

развитие субъектности молодежи. С одной стороны, интерактивность виртуального пространства поддерживает инициативность и самостоятельность молодых людей, способствуя формированию активных жизненных установок. С другой стороны, удалённый и опосредованный характер общения создаёт преграды в восприятии невербальных сигналов, затрудняя понимание эмоций собеседника и снижая уровень эмпатии, что негативно сказывается на развитии субъектности.

Вместе с тем мультикультурный характер виртуальной коммуникации способствует развитию толерантности и принятию различий, что укрепляет субъектность молодежи. Свобода выражения мнений, обусловленная отсутствием жесткой иерархии, перемещает акцент с авторитета говорящего на объективность и значимость информации, стимулируя критическое мышление и дальнейшее развитие субъектности.

В виртуальной коммуникации проявляется тенденция к «карнавализации», которая стирает привычные границы между высоким и низким, временно устраняет социальные различия и усиливает пародийность. В интернет-пространстве любая идея подвергается проверке, обсуждение выходит за рамки формализованных норм, а юмор и творчество становятся основными инструментами самовыражения. Это позволяет представителям цифрового поколения проявить свою субъектность, чувствовать себя активными участниками диалога, преодолевая социальные рамки и ставя под сомнение устоявшиеся догмы.

Еще одной особенностью виртуальной коммуникации молодежи является анонимность, которая одновре-

менно способствует открытому обмену мнениями и чувству защищенности участников, но может приводить к негативным последствиям вроде проявления агрессии и распространения недостоверной информации. Наряду с анонимностью опасным явлением является маргинализация виртуального общения цифрового поколения, которая приводит к формированию «информационных пузырей», сужающих кругозор и препятствующих развитию субъектности.

Таким образом, коммуникативная среда цифрового поколения отличается высокими возможностями для проявления субъектности, но несет риски, связанные со снижением эмпатии, нарушением норм социального взаимодействия, информационной изоляции.

Эмоционально-волевая сфера цифрового поколения испытывает существенные нагрузки из-за непрерывного воздействия массива информации. Постоянный поток данных приводит к хроническому стрессу и усталости, так как мозг вынужден непрерывно обрабатывать огромный объём сведений, теряя способность качественно усваивать и систематизировать информацию.

Распространённым синдромом среди молодёжи становится *FOMO*. Страх «упустить что-то важное» в социальных сетях является постоянным спутником цифрового поколения, заставляя находиться в состоянии постоянной готовности немедленно реагировать на поступающую информацию. Это приводит к продолжительному пребыванию цифрового поколения в виртуальном пространстве, что создаёт риск формирования интернет-зависимости. Каждый новый лайк, комментарий вызывает

кратковременный выброс дофамина, формируя пагубную привычку постоянного обращения к гаджетам. Все это оказывает мощное давление на эмоционально-волевую сферу молодежи и приводит к ослаблению волевого самоконтроля. Можно констатировать, что у современной молодежи снижена способность сосредотачиваться на долгосрочных целях. Их деятельность чаще всего направлена на немедленное удовлетворение запросов и получение быстрого результата, что негативно влияет на планирование жизни и наносит ущерб общему благополучию.

Особенности поведенческой сферы цифрового поколения проявляются в раннем старте трудовой деятельности и ориентации на быстрые достижения в карьере. Многие представители цифрового поколения не считают получение высшего образования обязательным этапом построения своего профессионального будущего. Молодёжь занимается самообразованием и предпочитает сразу начинать зарабатывать и приобретать трудовой опыт. Это стремление молодежи самостоятельно выбирать и усваивать необходимые знания для реализации в профессиональной сфере говорит о развитии субъектности. Ведь способность осознанно формировать свою образовательную траекторию, исходя из собственных потребностей и целей, является ключевым признаком зрелого субъекта, способного брать ответственность за свое профессиональное становление и будущее.

Главными приоритетами при выборе работы для молодёжи являются высокий доход и гибкий рабочий график, что отражает стремление к финансовой независимости и личной свободе.

Вопросы построения семьи молодёжь откладывает до достижения материальной стабильности, что свидетельствует о её осторожности в принятии важных решений. Молодые люди понимают важность дохода для успешного начала семейной жизни. Это позволяет избежать импульсивных решений и создать устойчивые условия для воспитания детей и совместного проживания.

В ценностно-смысловой сфере цифрового поколения доминируют индивидуалистические ценности, гедонизм, стремление к комфорту и материальному благополучию. Неопределенность будущего заставляет молодое поколение уделять меньше внимания долгосрочным планам и глобальным целям. Отсутствие прочных жизненных ориентиров снижает уровень субъектности молодёжи, затрудняя формирование устойчивого ценностно-смыслового ядра личности. В результате многим молодым людям становится сложнее самостоятельно формулировать глубинные смыслы существования, ввиду неуверенности в собственном будущем и ощущения беспомощности. Вероятно, именно вследствие такого внутреннего кризиса цифровое поколение проявляет повышенный интерес к вопросам экзистенциального характера: поиску смысла жизни, построению значимых отношений, пониманию природы смерти, решению этических дилемм, вопросам самопознания и личностного роста. Наименьший интерес у молодежи вызывают проблемы философии религии, гносеологии, онтологии и эстетики.

Значительное место в системе ценностей цифрового поколения занимают принципы толерантности и равноправия. Ориентация на них способствует укреплению

нравственных основ личности, формирует активную гражданскую позицию и развивает субъектность индивида. Представители современного молодого поколения часто выступают инициаторами социальных перемен и вносят личный вклад в преобразование окружающей действительности посредством активного участия в волонтёрстве и социально-значимых инициативах. Следует отметить, что значительное внимание цифровое поколение уделяется экологической проблематике. Сейчас стремительно растёт популярность тренда экологической осознанности, суть которого заключается в снижении негативного влияния человеческой деятельности на окружающую среду. Молодёжь стремится жить в гармонии с природой, принимая участие в экологических акциях, сокращении потребления ресурсов и популяризации экологически чистого образа жизни.

Исследование структуры субъектности студентов ЮУрГГПУ, проводящих значительное время в онлайн-пространстве, позволило выявить ряд характерных особенностей цифрового поколения. Большинство респондентов продемонстрировали высокие показатели осознанной активности, свободы выбора и ответственности за собственные поступки, понимания собственной уникальности, понимания и принятия других людей. Доля респондентов с высокими показателями саморазвития оказалась примерно равна доле студентов со средними показателями. Высокий и средний уровни развития субъектности свидетельствуют о сформированности способности к постановке целей, грамотному планированию, осознанию свободы собственных действий и готовности нести

ответственность за принимаемые решения. Участники исследования ясно осознают личную ценность и уважительно относятся к уникальности окружающих, стремясь развивать нужные качества для достижения личного успеха.

Тем не менее по отдельным показателям субъектности отмечается значительная доля студентов с низкими результатами. К таким показателям относится способность к рефлексии и осознание собственной уникальности. Студенты с низкими баллами испытывают трудности в анализе своих мыслей, чувств, действий, не воспринимают себя в качестве уникальной личности.

В завершение нашего исследования были рассмотрены некоторые образовательные и помогающие практики, способствующие развитию субъектности. Предлагаемый подход отличается систематической проработкой всех составляющих структуры субъектности, что гарантирует гармоничное и комплексное развитие личности. Рассмотренные практики обладают большим потенциалом для интеграции в существующие образовательные программы, содействуя раскрытию индивидуальных возможностей студентов и формированию эффективной образовательной стратегии, нацеленной на воспитание ответственной, креативной личности, обладающей сильной субъектной позицией, способной уверенно справляться с жизненными задачами.

Данное исследование было направлено на изучении особенностей проявления субъектности у представителей цифрового поколения, однако очевидно, что оно охватывает лишь отдельные аспекты общей картины. Дальнейшие научные изыскания могли бы существенно допол-

нить наши представления о поколении, выросшем в эпоху цифровых технологий.

Перспективным направлением дальнейшего научного исследования представляется детальное изучение мышления представителей цифрового поколения, традиционно именуемого «клиповым». Этот термин, получивший распространение в научной публицистике, слабо подкреплён теоретическими основаниями и требует глубокого переосмысления с точки зрения психологии и когнитивной науки. Необходимо провести более обстоятельный научный анализ влияния современных медиа на когнитивные процессы, такие как восприятие, внимание, мышление и память.

Особое внимание заслуживает специфика проявления субъектности в виртуальной среде. Сегодня цифровая реальность предоставляет уникальные возможности для творческого самовыражения, социального взаимодействия и карьерного роста. Поэтому важно исследовать факторы, определяющие формирование цифровой идентичности, механизмы адаптивного поведения в сети и способы сохранения психологической устойчивости. Подобные исследования позволят глубже понять феномен цифровой субъектности и предложат действенные рекомендации для оптимального развития следующего поколения.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Абдрахимова, Р. Г. Психическая инфантильность подросткового возраста в контексте современных тенденций / Р. Г. Абдрахимова // Научные исследования и разработки молодых ученых. – 2014. – № 2. – С. 76–79. – Текст: непосредственный.

2. Аванесов, С. С. Автобиография как философия себя / С. С. Аванесов // Человек.RU. – 2019. — № 14. – С. 12–23. – DOI 10.32691/2410-0935-2019-1412-23. – Текст: непосредственный.

3. Алексеева, Л. В. Психологическая характеристика субъекта и субъекта преступления / Л. В. Алексеева // Вестник Тюменского государственного университета. – 2003. – № 4. – С. 216–227. – Текст: непосредственный.

4. Антыкова, Е. В. Социально-профессиональная субъектность в волонтерской деятельности будущих социальных работников / Е. В. Антыкова // Человек. Наука. Социум. – 2022. – № 2(10). – С. 100–121. – Текст: непосредственный.

5. Арендт, Х. Vita activa, или О деятельной жизни / Х. Арендт. – Санкт-Петербург: Алетейя, 2000. – 437 с. – ISBN 5-89329-230-8. – Текст: непосредственный.

6. Арцер, А. А. Кибербуллинг и хейтерство как новые типы агрессии в медийном пространстве / А. А. Арцер, Е. Н. Маковецкая // Потенциал российской экономики и инновационные пути его реализации: мате-

риалы всероссийской научно-практической конференции студентов и аспирантов. – Омск: Омский филиал Финансового университета, 2020. – С. 122–124. – Текст: непосредственный.

7. Асмолов, А. Г. Преадаптация к неопределённости как стратегия навигации развивающихся систем: маршруты эволюции / А. Г. Асмолов, Е. Д. Шехтер, А. М. Черноризов // Вопросы психологии. – 2017. – № 4. – С. 3–26. – Текст: непосредственный.

8. Баева, Л. В. E-Homo sapiens: виртуальный микрокосм и глобальная среда обитания / Л. В. Баева, И. Ю. Алексеева // Философские проблемы информационных технологий и киберпространства. – 2014. – № 1(7). – С. 86–97. – Текст: непосредственный.

9. Байбородова, Л. В. Ключевые идеи субъектно-ориентированной технологии индивидуализации образовательного процесса в педагогическом вузе / Л. В. Байбородова, Т. Н. Гущина, В. Н. Белкина, М. В. Груздев // Вестник Новосибирского государственного педагогического университета. – 2018. – Т. 8. – № 5. – С. 7–21. – Текст: непосредственный.

10. Бакулина, А. С. Феномен кидалт, или «новых взрослых» в современном мире / А. С. Бакулина // Актуальные вопросы социально-психологических исследований: сборник научных и учебно-методических статей. – Москва: Перо, 2015. – С. 28–36. – Текст: непосредственный.

11. Балмаева, С. Д. Культурные навыки российского «поколения Z» / С. Д. Балмаева, Е. В. Шлегель // Ярославский педагогический вестник. – 2019. – № 4(109). –

С. 219–224. – DOI: 10.24411/1813-145X-2019-10474. – Текст: непосредственный.

12. Баранов, А. А. Психологический анализ причин подросткового кибербуллинга / А. А. Баранов, С. В. Рожина // Вестник Удмуртского университета. Серия «Философия. Психология. Педагогика». – 2015. – Т. 25. – Вып. 1. – С. 37–41. – Текст: непосредственный.

13. Бараш, Р. Э. Студенческая молодёжь: психоэмоциональный и социальный автопортрет (по результатам фокус-групп) / Р. Э. Бараш, И. О. Тюрина // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Социология. – 2024. – Т. 24. – № 2. – С. 430–444. – DOI: 10.22363/2313-2272-2024-24-2-430-444. – Текст: непосредственный.

14. Барон, Н. С. Люди, в которых мы превращаемся: цена постоянного нахождения на связи / Н. С. Барон. – Москва: Логос, 2010. – 280 с. – ISBN 978-5-98704-383-6. – Текст: непосредственный.

15. Бахтин, М. М. Творчество Франсуа Рабле и народная культура Средневековья и Ренессанса / М. М. Бахтин. – Москва: Азбука-классика, 2021. – 640 с. – ISBN 978-5-352-04762-9. – Текст: непосредственный.

16. Башкирцев, В. И. Исследование феномена «инфантилизм» в зарубежной науке / В. И. Башкирцев // Социальные отношения. – 2022. – № 1(40). – С. 60–71. – Текст: непосредственный.

17. Белов, В. И. Эскапизм: причины, функции и границы / В. И. Белов // Инновационная наука. – 2017. – № 3 (1). – С. 270–276. – Текст: непосредственный.

18. Белозерова, Л. А. Трансформация когнитивной сферы детей «цифрового поколения»: опыт анализа / Л. А. Белозерова, С. Д. Поляков // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Акмеология образования. Психология развития. – 2021. – Т. 10. – № 1(37). – С. 23–32. – DOI: 10.18500/2304-9790-2021-10-1-23-32. – Текст: непосредственный.

19. Белоусова, М. В. Влияние информационного стресса на психическое здоровье населения / М. В. Белоусова // Медицина и искусство. – 2024. – Т. 2. – № 1. – С. 77–88. – DOI: 10.60042/2949-2165-2024-2-1-77-88. – Текст: непосредственный.

20. Белых, Т. В. Структурно-функциональные характеристики субъекта межличностного ситуативного взаимодействия / Т. В. Белых, А. М. Майрамян // Гуманизация образования. – 2016. – № 2. – С. 73–82. – Текст: непосредственный.

21. Бергельсон, М. Б. Языковые аспекты виртуальной коммуникации / М. Б. Бергельсон // Вестник Московского университета. Серия 19: Лингвистика и межкультурная коммуникация. – 2002. – № 1. – С. 55–67. – Текст: непосредственный.

22. Бердяев, Н. А. Смысл творчества / Н. А. Бердяев // Философия свободы. – Москва: Правда, 1989. – С. 254–518. – Текст: непосредственный.

23. Бердяев, Н. А. Я и мир объектов / Н. А. Бердяев. – Москва: RUGRAM, 2025. – 208 с. – ISBN 978-5-519-73031-0. – Текст: непосредственный.

24. Бинсвангер, Л. Бытие-в-мире: избранные статьи / Л. Бинсвангер. – Москва: КСП+; Санкт-Петербург: Ювен-

та, 1999. – 299 с. – ISBN 5-89692-024-5. – Текст: непосредственный.

25. Богачева, Н. В. Мифы о «поколении Z» / Н. В. Богачева, Е. В. Сивак // Современная аналитика образования. – 2019. – № 1(22). – С. 1–64. – Текст: непосредственный.

26. Богданова, В. О. Значение философии И. Канта для развития нравственного компонента субъектности молодого поколения / В. О. Богданова // XI Садыковские чтения. Иммануил Кант и современность: материалы Международной междисциплинарной научно-образовательной конференции. – Казань: Казанский (Приволжский) федеральный университет, 2024. – С. 48–55. – Текст: непосредственный.

27. Богданова, В. О. Исследование блога как дневниковой практики развития субъектности личности / В. О. Богданова // Психолог. – 2024. – № 5. – С. 16–48. – DOI: 10.25136/2409-8701.2024.5.71306. – Текст: непосредственный.

28. Богданова, В. О. Множественность интерпретаций как способ самопознания / В. О. Богданова // Социум и власть. – 2022. – № 2(92). – С. 83–95. – DOI: 10.22394/1996-0522-2022-2-83-95. – Текст: непосредственный.

29. Богданова, В. О. Нарративные практики как способ развития субъектности / В. О. Богданова // Социум и власть. – 2024. – № 3(101). – С. 24–44. – DOI 10.22394/1996-0522-2024-3-24-44 – Текст: непосредственный.

30. Богданова, В. О. Развитие рефлексии представителей цифрового поколения / В. О. Богданова // Наука ЮУрГУ. Секции социально-гуманитарных наук: материа-

лы 76-й научной конференции. – Челябинск: Южно-Уральский государственный университет, 2024. – С. 139–144. – Текст: непосредственный.

31. Богданова, В. О. Развитие субъектности студентов посредством улучшения навыков рефлексии / В. О. Богданова // Оптимизация учебно-воспитательного процесса в образовательных организациях физической культуры: материалы XXXIV национальной научно-методической конференции с международным участием. – Челябинск: Уральский государственный университет физической культуры, 2024. – С. 12–15. – Текст: непосредственный.

32. Богданова, В. О. Ценности и смысложизненные ориентиры современной молодежи в цифровую эпоху / В. О. Богданова. – Челябинск: Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2022. – 172 с. – ISBN 978-5-907611-45-0. – Текст: непосредственный.

33. Богданова, В. О. Ценностные ориентиры и жизненные смыслы представителей цифрового поколения на примере студентов педагогического вуза: социально-аксиологический аспект исследования / В. О. Богданова // Социум и власть. – 2023. – № 1(95). – С. 39–50. – DOI 10.22394/1996-0522-2023-1-39-50. – Текст: непосредственный.

34. Богданова, В. О. Экзистенциальный подход к исследованию бытия цифрового поколения / В. О. Богданова // Социум и власть. – 2022. – № 3(93). – С. 17–24. – DOI: 10.22394/1996-0522-2022-3-17-24. – Текст: непосредственный.

35. Богданова, И. Н. Цифровые центробежные тенденции в сетевых самопрезентациях современной молодежи / И. Н. Богданова, А. С. Тулупова // Гуманитарий

Юга России. – 2021. – Т. 10. – № 1. – С. 52–64. – DOI: 10.18522/2227-8656.2021.1.4. – Текст: непосредственный.

36. Богомазова, Н. Л. Digital-агрессия — феномен социума интернет-пространства XXI века / Н. Л. Богомазова // Вестник педагогических наук. – 2022. – № 8. – С. 146–149. – Текст: непосредственный.

37. Божович, Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – Санкт-Петербург: Питер, 2009. – 400 с. – ISBN 978-5-91180-846-4 – Текст: непосредственный.

38. Боно, Э. Шесть шляп мышления / Э. Боно. – Санкт-Петербург: Питер Паблишинг, 2002. – 256 с. – ISBN 5-88782-024-4. – Текст: непосредственный.

39. Борисов, С. В. Модернизированная субъектность: по материалам исследования / С. В. Борисов, В. О. Богданова // Проблемы социокультурной и политической модернизации: человек, коммуникация, среда: материалы XVI научно-практической конференции. – Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный лесотехнический университет им. С. М. Кирова, 2024. – С. 60–65. – Текст: непосредственный.

40. Бреслер, М. Г. Формирование этических норм коммуникаций цифровой среды поколением Z / М. Г. Бреслер // Российская школа связей с общественностью. – 2022. – № 25. – С. 29–43. – Текст: непосредственный.

41. Брушлинский, А. В. Избранные психологические труды / А. В. Брушлинский. – Москва: Когито-центр, 2022. – 623 с. – ISBN 5-9270-0091-6. – Текст: непосредственный.

42. Букатов, В. М. Клиповые изменения в восприятии, понимании и мышлении современных школьников – досадное новообразование постиндустриального уклада или долгожданная реанимация психического естества? / В. М. Букатов // Актуальные проблемы психологического знания. – 2018. – № 4(49). – С. 5–19. – Текст: непосредственный.

43. Буцык, С. В. Цифровое поколение в российском образовании: от актуальности проблемы к оценке воздействия цифровизации на обучающихся / С. В. Буцык // Открытое образование. – 2020. – Т. 24. – № 3. – С. 24–32. – DOI: 10.21686/1818-4243-2020-3-24-32. – Текст: непосредственный.

44. Вальденфельс, Б. Ответ чужому: основные черты респонзивной феноменологии / Б. Вальденфельс // Мотив чужого. – Минск: Пропилеи, 1999. – 176 с. – Текст: непосредственный.

45. Васильев, Т. Негативные аспекты виртуальной коммуникации и их пастырская оценка / Т. Васильев // Христианское чтение. – 2016. – № 6. – С. 311–329. – Текст: непосредственный.

46. Величко, А. В. Закон экономии как условие функционирования и развития языка / А. В. Величко // Мир русского слова. – 2015. – № 2. С. 12–17. – Текст: непосредственный.

47. Вихман, А. А. Личностные предикторы кибервиктимности и кибербуллинга в юношеском возрасте / А. А. Вихман // Психология и право. – 2023. – Т. 13 – № 1. – С. 94–106. – DOI 10.17759/psylaw.2023130107. – EDN BUFIDH. – Текст: непосредственный.

48. Внебрачных, Р. А. Троллинг как форма социальной агрессии в виртуальных сообществах / Р. А. Внебрачных // Вестник Удмуртского университета. Философия. Социология. Психология. Педагогика. – Ижевск: Удмуртский государственный университет, 2012. – Вып. 1. – С. 48–51. – Текст: непосредственный.

49. Войскунский, А. Е. Эпидемия одиночества в цифровом обществе: хикикомори как культурно-психологический феномен / А. Е. Войскунский, Г. У. Солдатова // Консультативная психология и психотерапия. – 2019. – Т. 27, № 3 (105). – С. 22–43. – DOI 10.17759/cpp.2019270303. – Текст: непосредственный.

50. Волкова, Е. Н. Структура субъектности современного педагога / Е. Н. Волкова // Мир психологии. – 2023. – № 2 (113). – С. 52–60. – DOI: 10.51944/20738528_2023_2_52 – Текст: непосредственный.

51. Волошиненко, Л. И. Обоснование выбора психодиагностических методик изучения характеристик «клипового мышления» / Л. И. Волошиненко, А. А. Метелева // Вестник Омского университета. Серия «Психология». – 2020. – № 3. – С. 48–54. – DOI: 10.24147/2410-6364.2020.3.48-54 – Текст: непосредственный.

52. Всероссийский центр изучения общественного мнения. Разводы в России: мониторинг / Всероссийский центр изучения общественного мнения. – Москва, 2024. – URL: https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/razvody-v-rossii-monitoring (дата обращения: 24.09.2024). – Текст: электронный.

53. Гаврилова, Ю. В. Цифровое поколение: тенденции становления и особенности развития / Ю. В. Гав-

рилова // Проблема соотношения естественного и социального в обществе и человеке. – 2022. – № 13. – С. 99–114. – Текст: непосредственный.

54. Гиньон, Ч. Аутентичность / Ч. Гиньон // Омский научный вестник. Серия Общество. История. Современность. – 2018. – № 1. – С. 66–74. – DOI: 10.25206/2542-0488-2018-1-66-74. – EDN TGSOYD. – Текст: непосредственный.

55. Глухов, А. П. Цифровая самопрезентация: особенности межличностной коммуникации цифрового поколения / А. П. Глухов // Система ценностей современного общества. – 2016. – № 48. – С. 117–119. – Текст: непосредственный.

56. Голиков, К. С. Экзистенциальная коммуникация Карла Ясперса: от подлинных чувств к подлинному бытию / К. С. Голиков // Человек. Культура. Образование. – 2019. – № 4(34). – С. 24–31. – DOI: 10.34130/2233-1277-2019-4-24-31 – Текст: непосредственный.

57. Горобец, Т. Н. «Клиповое мышление» как отражение перцептивных процессов и сенсорной памяти / Т. Н. Горобец, В. В. Ковалев // Мир психологии. – 2015. – № 2(82). – С. 94–100. – Текст: непосредственный.

58. Горшенков, Я. О. Особенности внимания современных подростков в условиях многозадачности при вовлечении их в информационно-коммуникационные технологии / Я. О. Горшенков, С. Д. Поляков // Поволжский педагогический поиск. – 2021. – № 2(36). – С. 43–51. – DOI: 10.33065/2307-1052-2021-2-36-43-51. – Текст: непосредственный.

59. Гоффман, И. Представление себя другим в повседневной жизни / И. Гоффман. – Москва: Канон-Пресс, 2000. – 304 с. – ISBN 5-93354-006-4 – Текст: непосредственный.

60. Гребенникова, Е. В. Субъектность личности: теоретические аспекты проблемы / Е. В. Гребенникова // Вестник ТГПУ (TSPU Bulletin). – 2013. – № 6(134). – С. 140–142. – Текст: непосредственный.

61. Грибова, Е. П. Особенности познавательного развития старших дошкольников цифрового поколения / Е. П. Грибова // Актуальные аспекты научных исследований: сборник статей II Международной научно-практической конференции. – Саратов: Кубик, 2024. – С. 440–446. – Текст: непосредственный.

62. Гуссерль, Э. Картезианские размышления / Э. Гуссерль. – Санкт-Петербург: Ювента, 1998. – 315 с. – ISBN 5-02-026783-X. – Текст: непосредственный.

63. Дамасио, А. Я. Мозг и возникновение сознания / А. Я. Дамасио. – Москва: Карьера Пресс, 2018. – 384 с. – ISBN 978-5-00074-191-7 – Текст: непосредственный.

64. Дейнека, О. С. Кибербуллинг и виктимизация: обзор зарубежных публикаций / О. С. Дейнека, Л. Н. Духанина, А. А. Максименко // Перспективы науки и образования. – 2020. – № 5(47). – С. 273–292. – DOI: 10.32744/pse.2020.5.19. – Текст: непосредственный.

65. Дейнеко, С. В. Феномен клипового мышления / С. В. Дейнеко // Донецкие чтения 2018: образование, наука, инновации, культура и вызовы современности. – Т. 6. – Донецк: Донецкий национальный университет, 2018. – С. 49–52. – Текст: непосредственный.

66. Декарт, Р. Рассуждение о методе / Р. Декарт. – Москва: АСТ, 2020. – 416 с. – ISBN 978-5-17-119354-6 – Текст: непосредственный.

67. Демиденко, А. С. Рискологическая концепция изучения социальной инфантильности российской молодежи / А. С. Демиденко // Вестник Южно-Российского государственного технического университета (НПИ). Серия: Социально-экономические науки. – 2021. – Т. 14, № 6. – С. 64–70. – DOI: 10.17213/2075-2067-2021-6-64-70. – Текст: непосредственный.

68. Демин, П. Н. Риски и возможности онлайн-социализации подростков и молодежи / П. Н. Демин // Ценности и смыслы. – 2022. – № 3(79). – С. 76–85. – DOI: 10.24412/2071-6427-2022-3-76-85. – Текст: непосредственный.

69. Дзялошинский, И. М. Медиатекст: особенности создания и функционирования / И. М. Дзялошинский, М. А. Пильгун. – Москва: Издат. дом НИУ ВШЭ, 2011. – 377 с. – ISBN 978-5-8429-0861-5. – Текст: непосредственный.

70. Дмитроченко, Т. В. Категория «субъектность» в философии экзистенциализма / Т. В. Дмитроченко // Вестник научного общества студентов, аспирантов и молодых ученых. – 2018. – № 4. – С. 48–51. – Текст: непосредственный.

71. Докинз, Р. Эгоистичный ген / Р. Докинз. – Москва: Мир, 1993. – 318 с. – ISBN 5-03-002531-6. – Текст: непосредственный.

72. Дутко, Н. П. Особенности мнемических процессов личности в цифровой среде / Н. П. Дутко // Вестник Северо-Восточного федерального университета

им. М. К. Аммосова. Серия: Педагогика. Психология. Философия. – 2021. – № 4(24). – С. 106–112. – Текст: непосредственный.

73. Ермолаев, В. В. Когнитивная психология в контексте проблем современного образования: коллективная монография / В. В. Ермолаев, Е. С. Николаева, М. В. Ферапонтова. – Москва: Московский педагогический государственный университет, 2017. – 186 с. – ISBN 978-5-4263-0523-6. – Текст: непосредственный.

74. Ермолаева, Е. Л. Информационный шум / Е. Л. Ермолаева, Е. С. Илюшина, А. И. Торопова, Л. А. Федосеева // Современные научные исследования и инновации. – 2018. – № 10. – URL: https://web.snauka.ru/issues/2018/10/87654 (дата обращения: 26.08.2025). – Текст: непосредственный.

75. Ефанов, А. А. Информационные шумы в современном российском медиапространстве / А. А. Ефанов // Мультимедийная журналистика Евразии – 2017 журналистская деятельность и ее трансформации в цифровой среде Востока и Запада: сборник материалов и научных статей XI Международной научно-практической конференции. – Казань: Казанский (Приволжский) федеральный университет, 2018. – С. 148–155. – Текст: непосредственный.

76. Ефременко, И. О. Влияние цифровых образовательных технологий на процессы формирования высших психических функций / И. О. Ефременко // Герценовские чтения: психологические исследования в образовании. – 2018. – № 1(1). – С. 307–313. – Текст: непосредственный.

77. Жожикашвили, С. В. Дневник / С. В. Жожикашвили // Литературная энциклопедия терминов и понятий. – Москва: Интелвак, 2003. – С. 232. – Текст: непосредственный.

78. Заякина, О. А. Семья и семейные ценности в структуре жизненных ориентаций молодежи / О. А. Заякина // Педагогика, психология, общество: от теории к практике: материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Чебоксары: Среда, 2024. – С. 267–269. – Текст: непосредственный.

79. Зимнева, О. Н. Искусство медленного чтения / О. Н. Зимнева, О. А. Лаптева // Hominum. – 2023. – № 1(9). – С. 58–74. – Текст: непосредственный.

80. Зиннатова, М. В. Самотрансценденция: феноменологическое исследование / М. В. Зиннатова // Учёные записки Крымского федерального университета им. В. И. Вернадского. – 2022. – Т. 8(74), № 3. – С. 116–128. – Текст: непосредственный.

81. Зотов, В. В. Неформальные сообщества социальной сети «ВКонтакте» как группы риска цифровой маргинализации / В. В. Зотов, А. В. Губанов, К. Э. Гаврильченко // Наука телевидения. – 2024. – Т. 20, № 4. – С. 185–216. – DOI: 10.30628/1994-9529-2024-20.4-185-216. – Текст: непосредственный.

82. Иванов, В. Ю. Трудовая занятость учащихся школ и колледжей профессионального образования: медико-социальные аспекты, риски здоровью, подходы к оптимизации / В. Ю. Иванов, Е. И. Шубочкина, Е. М. Ибрагимова // Анализ риска здоровью. – 2016. – № 2. – С. 28–35. – Текст: непосредственный.

83. Иванова, А. Ю. Психологические проблемы общения и деятельности поколения цифровых технологий / А. Ю. Иванова, М. В. Малышкина // Учёные записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 7(149). – С. 221–228. – Текст: непосредственный.

84. Ильина, А. О. Клиповый тип мышления: зависимость от возраста и устойчивости внимания / А. О. Ильина, Д. О. Костина // Фундаментальная наука и клиническая медицина – человек и его здоровье. – 2021. – С. 330–331. – Текст: непосредственный.

85. Истомина, О. Б. Дискурс в условиях социальной нестабильности / О. Б. Истомина // Формирование гражданской устойчивости как фактор противодействия идеологии экстремизма и терроризма: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. – Казань: Данис, 2017. – С. 167–171. – Текст: непосредственный.

86. Каменская, Ю. П. Формирование культуры семейных ценностей среди молодежи / Ю. П. Каменская // Научные результаты социологии – 2023: сборник статей по материалам III Международного научного онлайн-форума, Белгород. – Белгород: Белгородский государственный национальный исследовательский университет, 2024. – С. 133–140. – Текст: непосредственный.

87. Канашина, С. В. Что такое интернет-мем? / С. В. Канашина // Научные ведомости Белгородского государственного университета. Серия: Гуманитарные науки. – 2017. – № 28(277). – С. 84–90. – Текст: непосредственный.

88. Кант, И. К вечному миру / И. Кант. – Москва: РИПОЛ классик, 2019. – 434 с. – ISBN 978-5-386-10909-7 – Текст: непосредственный.

89. Кант, И. Критика практического разума / И. Кант. – Москва: АСТ, 2019. – 256 с. – ISBN 978-5-17-115701-2 – Текст: непосредственный.

90. Кант, И. Основы метафизики нравственности / И. Кант. – Москва: АСТ, 2023. – 384 с. – ISBN 978-5-17-156182-6. – Текст: непосредственный.

91. Кант, И. Пролегомены ко всякой будущей метафизике, могущей появиться как наука / И. Кант. – Москва: АСТ, 2025. – 320 с. – ISBN 978-5-17-170218-2. – Текст: непосредственный.

92. Капцов, А. В. Модифицированная методика диагностики стадий становления субъектности студентов / А. В. Капцов, Е. И. Колесникова // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия: Психология. – 2018. – № 2(24). – С. 107–117. – Текст: непосредственный.

93. Карнеев, Р. Р. Проект реконцептуализации субъекта: незавершённая сборка / Р. Р. Карнеев // Концепт: философия, религия, культура. – 2022. – Т. 6, № 1(21). – С. 7–19. – Текст: непосредственный.

94. Карнелович, М. М. Уровни развития субъектности молодого педагога как мера выраженности самодетерминации его бытия с другими / М. М. Карнелович // Системогенез учебной и профессиональной деятельности: материалы VII Международной научно-практической конференции. Ч. 1. – Ярославль: Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского, 2015. – С. 53–55. – Текст: непосредственный.

95. Кастельс, М. Галактика Интернет: размышления об Интернете, бизнесе и обществе/ М. Кастельс. – Екатеринбург: У-Фактория, 2004. – 327 с. – ISBN 5-94799-373-2. – Текст: непосредственный.

96. Кашина, Е. С. «Хикикомори»: специфика феномена отчуждения от общества в Японии и России / Е. С. Кашина // Аллея науки. – 2021. – Т. 2, № 6(57). – С. 398–403. – Текст: непосредственный.

97. Кернберг, Отто Ф. Тяжелые личностные расстройства: Стратегии психотерапии / Отто Ф. Кернберг – Москва: Класс, 2000. – 464 с. – ISBN 0-300-05349-5. – Текст: непосредственный.

98. Климова, С. Г. Профсоюзы как форма субъектности наёмных работников / С. Г. Климова // Россия реформирующаяся: ежегодник. – Москва: Институт социологии РАН, 2004. – С. 273–290. – Текст: непосредственный.

99. Кобызева, В. О. Виртуальная коммуникация в молодёжной культуре современного общества / В. О. Кобызева // Вестник Ставропольского государственного университета. – 2012. – № 79(2). – С. 146–151. – Текст: непосредственный.

100. Ковалёва, А. И. Концепция социализации молодёжи: норма, отклонения, социализационная траектория / А. И. Ковалёва // Социологические исследования. – 2003. – № 1. – С. 109–115. – Текст: непосредственный.

101. Ковалёва, Ю. В. Психологические типы субъектности членов сетевого сообщества / Ю. В. Ковалёва // Психологический журнал. – 2020. – Т. 41, № 1. – С. 45–55. – Текст: непосредственный.

102. Колобаев, В. К. Клиповое мышление – новый этап в развитии мышления современных учащихся / В. К. Колобаев, Т. А. Синицына // Наукосфера. – 2022. – № 2(1). – С. 57–62. – DOI: 10.5281/zenodo.5968836. – Текст: непосредственный.

103. Коломиец, О. В. Теоретическое обоснование психологического конструкта «Субъектная жизненная позиция» / О. В. Коломиец // Мир науки. Педагогика и психология. – 2019. – Т. 7, № 6. – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskoe-obosnovanie-psihologicheskogo-konstrukta-subektnaya-zhiznennaya-pozitsiya?ysclid=mgj6xl8xwj227734782 (дата обращения: 23.12.2019). – Текст: электронный.

104. Комарова, М. С. Социологический анализ толерантности современной студенческой молодёжи / М. С. Комарова, К. С. Нилаева, А. А. Алексеенок // Известия Тульского государственного университета. Гуманитарные науки. – 2022. – № 3. – С. 98–107. – DOI: 10.24412/2071-6141-2022-3-98-107. – Текст: непосредственный.

105. Коржова, Е. Ю. Феномены человека как субъекта жизнедеятельности: сквозь призму интегративного подхода / Е. Ю. Коржова, А. А. Сбитнева, Е. Н. Туманова и др. // Психология человека в образовании. – 2019. – Т. 1, № 3. – С. 229–239. – Текст: непосредственный.

106. Корнеева, Т. В. Социально-психологические детерминанты этнической идентичности молодёжи / Т. В. Корнеева, С. Е. Поддубный // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. – 2019. – Т. 4, № 3(15). – С. 193–221. – Текст: непосредственный.

107. Корякина, Ю. М. Условия исполненной жизни: описание и измерение экзистенциальной мотивации / Ю. М. Корякина // Национальный психологический журнал. – 2015. – № 4(20). – С. 49–65. – Текст: непосредственный.

108. Косилова, Е. В. Парадигмы субъектности в топике Центр-Периферия / Е. В. Косилова // Вопросы философии. – 2019. – № 10. – С. 110–121. – Текст: непосредственный.

109. Котова, С. А. Интернет-зависимость у детей и подростков: риски, диагностика и коррекция / С. А. Котова. – Санкт-Петербург: ВВМ, 2023. – 212 с.– Текст: непосредственный.

110. Кузьминых, В. Н. Жизненный путь в контексте эволюции социальной теории / В. Н. Кузьминых // Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. Серия: Социальные науки. – 2008. – № 4(12). – С. 37–41 – Текст: непосредственный.

111. Кутугина, В. И. Факторы профессионального самоопределения личности в современных условиях / В. И. Кутугина // Современные проблемы науки и образования. – 2007. – № 1. – С. 51–53. – Текст: непосредственный.

112. Кутырева, Л. Г. Коллажирование в психокоррекционной работе с несовершеннолетними осужденными (с применением элементов методики Т. Ю. Андрущенко «Альбом моей жизни») / Л. Г. Кутырева // Ведомости уголовно-исполнительной системы. – 2016. – № 6(169). – С. 40–42. – Текст: непосредственный.

113. Лебедева Т. В. Цифровое поколение / Т. В. Лебедева, А. А. Субботин // Вестник РУДН. Серия: Социология. – 2020. – Т. 20, № 4. – С. 985–995. – Текст: непосредственный.

114. Лебедева, Р. В. Тип жизненных ориентаций личности и особенности принятия решения в ситуациях морального выбора / Р. В. Лебедева // Письма в Эмиссию. Оффлайн. – 2018. – № 6. – С. 26–32. – Текст: непосредственный.

115. Леванова, Е. А. Игра в тренинге. Личный помощник тренера / Е. А. Леванова, А. Н. Соболева, В. А. Плешаков, Г. С. Голышев. – Москва: Питер, 2011. – 368 с. – ISBN: 978-5-49807-293-7. – Текст: непосредственный.

116. Левинас, Э. Путь к другому / Э. Левинас. – Санкт-Петербург: Университет, 2006. – 240 с. – Текст: непосредственный.

117. Леонтьев, А. Н. Личность. Сознание. Деятельность / А. Н. Леонтьев. – Москва: Политиздат, 2008. – 130 с. – Текст: непосредственный.

118. Лишаев, С. А. От детства к зрелости (феномен пролонгации молодости и современность) / С. А. Лишаев // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия: Философия. Филология. – 2016. – № 2(20). – С. 110–131. – Текст: непосредственный.

119. Логинова, Н. А. Психобиографический метод исследования и коррекции личности / Н. А. Логинова. – Алматы: КазГУ им. Аль-Фараби, 2001. – 172 с. – Текст: непосредственный.

120. Лукашкова, И. Л. Феномен агрессии в интернет-коммуникации: причины и особенности проявления /

И. Л. Лукашкова, М. Н. Сулимова // Медиасфера и медиаобразование: Специфика взаимодействия в современном социокультурном пространстве: сборник научных статей VII Международной научно-методической конференции. – Могилев: МО МВД РБ, 2020. – С. 89–95. – Текст: непосредственный.

121. Лысак, И. В. Влияние информационно-коммуникационных технологий на особенности когнитивных процессов / И. В. Лысак, Д. П. Белов // Известия ЮФУ. Технические науки. – 2013. – № 5(142). – С. 256–264. – Текст: непосредственный.

122. Лэнгле, А. Жизнь, наполненная смыслом. Прикладная логотерапия / А. Лэнгле. – Москва: Генезис, 2017. – 139 с. – ISBN 978-5-98563-507-2. – Текст: непосредственный.

123. Лэнгле, А. Фундаментальные мотивации человеческой экзистенции как действенная структура экзистенциально-аналитической терапии / А. Лэнгле // Психотерапия. – 2004. – № 4. – С. 41–48. – Текст: непосредственный.

124. Лэнгле, А. Что движет человеком? Экзистенциально-аналитическая теория эмоций / А. Лэнгле. – Москва: Генезис, 2017. – 235 с. – ISBN

125. Макаров, А. И. Современный образовательный идеал: философские основания / А. И. Макаров // Вестник Волгоградского государственного университета. Серия 7: Философия. Социология и социальные технологии. – 2015. – № 3(29). – С. 151–156. –Текст: непосредственный.

126. Маклюэн, М. Понимание медиа: Внешние расширения человека / М. Маклюэн. – Москва: Кучково поле, 2023. – 464 с. – ISBN: 978-5-9950-1022-7. – Текст: непосредственный.

127. Мамардашвили, М. К. Как я понимаю философию / М. К. Мамардашвили. – Москва: Прогресс, 1992. – 368 с. – ISSBN 5-01-002570-1 – Текст: непосредственный.

128. Марков, Б. В. Человек в сетевом сообществе / Б. В. Марков // Вестник Санкт-Петербургского университета. Философия и конфликтология. – 2021. – № 2(37). – С. 194–207. – DOI: 10.21638/spbu17.2021.201. – Текст: непосредственный.

129. Мартынова, М. Д. Влияние цифровой реальности на состояние ценностного мира студенческой молодёжи / М. Д. Мартынова // ЦИТИСЭ. – 2023. – № 3(37). – С. 251–260. – DOI: 10.15350/2409-7616.2023.3.21. – Текст: непосредственный.

130. Мерло-Понти, М. Феноменология восприятия / М. Мерло-Понти. – Санкт-Петербург: Ювента; Наука, 1999. – 605 с. – ISBN 5-02-026807-0 – Текст: непосредственный.

131. Миронов, Г. А. Формирование профессиональной субъектности будущих психологов: автореф. дис. … канд. психол. наук / Г. А. Миронов. – Москва, 2010. – 25 с. – Текст: непосредственный.

132. Миронова, О. А. Поколенческие аспекты цифрового образования в России в условиях цифровизации экономики / О. А. Миронова // Economics. Law. State. – 2019. – № 1(3). – С. 27–33. – Текст: непосредственный.

133. Миронова, Ю. Г. Отношение к традиционным семейным ценностям современной российской молодёжи / Ю. Г. Миронова // Каспийский научно-образовательный конгресс: сборник трудов IV Международной научно-

практической конференции. – Астрахань: АстГУ, 2024. – С. 252–256. – Текст: непосредственный.

134. Митягина, Е. В. «Поколение I» в Кировской области / Е. В. Митягина, М. И. Лучинина, Е. В. Волченкова // Вестник Нижегородского университета им. Н. И. Лобачевского. – 2023. – № 3(71). – С. 62–67. – DOI: 10.52452/1811-5942_2023_3_62. – Текст: непосредственный.

135. Михайлова, О. Б. Прогрессирующий инфантилизм личности: ретроспектива причин и современные направления профилактики / О. Б. Михайлова, М. С. Агафонов // Человеческий капитал. – 2022. – № 7(163). – С. 228–235. – DOI: 10.25629/HC.2022.07.25. – EDN: JPKGVV. – Текст: непосредственный.

136. Напсо, М. Д. Эскапистское поведение: сущность и последствия / М. Д. Напсо // Человеческий капитал. – 2024. – № 8(188). – С. 118–123. – DOI: 10.25629/HC.2024.08.12. – Текст: непосредственный.

137. Нечаев, В. Д. Цифровое поколение: психолого-педагогическое исследование проблемы / В. Д. Нечаев, Е. Е. Дурнева // Педагогика. – 2019. – № 1. – С. 36. – Текст: непосредственный.

138. Ортега-и-Гассет, Х. Дегуманизация искусства / Х. Ортега-и-Гассет. – Москва: Радуга, 1991. – 288 с. – ISBN 5-05-002557-5 – Текст: непосредственный.

139. Осницкий, А. К. О субъекте, субъектности и творческой самодеятельности / А. К. Осницкий, М. К. Кабардов // Субъектность личности в профессионально-образовательном пространстве. – Казань: АСО, 2013. – 398 с. – Текст: непосредственный.

140. Парсонс, Т. О структуре социального действия / Т. Парсонс. – Москва: Академический Проект, 2002. – 880 с. – ISBN 5-8291-0016-9. – Текст: непосредственный.

141. Парфенова, Т. А. Технологии укрепления института семьи и семейных ценностей молодёжи / Т. А. Парфенова, Н. В. Данилина, Е. П. Нуртдинова // Международный демографический форум «Демография и глобальные вызовы»: материалы форума. – Воронеж: Цифровая полиграфия, 2024. – С. 595–601. – Текст: непосредственный.

142. Петровский, А. В. Субъектность / А. В. Петровский // Общая психология: Словарь. – Москва: PerSe; Санкт-Петербург: Речь, 2005. – 251 с. – ISBN 5-9292-0137-4. – Текст: непосредственный.

143. Пилюгина, С. А. Генезис проблемы субъектности. Вопросы формирования субъектности педагога / С. А. Пилюгина // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2022. – Т. 11. – № 2(39). – С. 31–36. – DOI: 10.57145/27128474_2022_11_02_06. – Текст: непосредственный.

144. Поликарпова, Е. В. Цифровизация образования: миф многозадачности / Е. В. Поликарпова // Манускрипт. – 2020. – Т. 13. – № 10. – С. 197–203. – DOI: 10.30853/manuscript.2020.10.36. – Текст: непосредственный.

145. Поляков, С. Д. Клиповое мышление у старшеклассников и студентов: Опыт исследования / С. Д. Поляков, Л. А. Белозерова, В. В. Вершинина, С. В. Данилов, Н. С. Кривцова // Вестник Московского университета. – Серия 14. Психология. – 2019. – № 4. – С. 126–143. – DOI: 10.11621/vsp.2019.04.126. – Текст: непосредственный.

146. Полянина, А. К. Информационный шум в пространстве развития ребенка: концептуальное обоснование / А. К. Полянина, Ю. В. Андреева // Коммуникология. – 2019. – Т. 7. – № 2. – С. 109–121. – DOI: 10.21453/2311-3065-2019-7-2-109-121. – Текст: непосредственный.

147. Попова, А. В. Философское осмысление проблем поиска идентичности в условиях информационной эпохи / А. В. Попова // Известия Тульского государственного университета. Гуманитарные науки. – 2020. – № 2. – С. 122–130. – Текст: непосредственный.

148. Правдина, Л. Р. Экзистенциальная исполненность как фактор профессионального здоровья / Л. Р. Правдина, О. С. Васильева, Э. В. Гаус // Инженерный вестник Дона. – 2015. – № 3(37). – С. 187. – Текст: электронный.

149. Романова, И. В. Влияние социальных сетей на язык и коммуникацию / И. В. Романова, О. В. Коннова, А. В. Глазкова // Russian Linguistic Bulletin. – 2024. – № 3(51). – DOI: 10.18454/RULB.2024.51.20. – URL: https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-sotsialnyh-seteyna-yazyk-i-kommunikatsiyu?ysclid=mgkn4rwwux451052938 (дата обращения 5.07.2025). – Текст: электронный.

150. Ромашина, Е. Ю. Развитие мышления подростков в условиях современного информационного пространства: пилотное исследование / Е. Ю. Ромашина, И. И. Тетерин // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 2. – С. 240. – URL: https://science education.ru/ru/article/view?id=12749 (дата обращения: 21.08.2020). – Текст: электронный.

151. Рощин, С. Ю. Совмещение учёбы и работы студентами российских вузов / С. Ю. Рощин, В. Н. Рудаков // Вопросы образования. – 2014. – № 2. – С. 152–179. – DOI: 10.17323/1814-9545-2014-2-152-179. – Текст: непосредственный.

152. Рубинштейн, С. Л. Бытие и сознание / С. Л. Рубинштейн. – Санкт-Петербург: Питер, 2017. – 287 с. – ISBN 978-5-496-02943-8. – Текст: непосредственный.

153. Рубинштейн, С. Л. Проблемы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – Москва: Педагогика, 1976. – 416 с. – Текст: непосредственный.

154. Салганова, Е. И. Поведение современной молодёжи в цифровой среде: Результаты социологических исследований / Е. И. Салганова // Медийно-информационная грамотность как составляющая национальной коммуникативной культуры: материалы Международной научно-практической конференции. – Липецк: ЛГПУ им. П. П. Семёнова-Тян-Шанского, 2023. – С. 231–237. – Текст: непосредственный.

155. Сандомирский, М. Е. Интернет-индуцированный цифровой психоморфоз, инфантильность и социомедийная психотерапия / М. Е. Сандомирский // Психотерапия. – 2013. – № 8. – С. 33. – Текст: непосредственный.

156. Сапа, А. В. Поколение Z – поколение эпохи ФГОС / А. В. Сапа // Инновационные проекты и программы в образовании. – 2014. – № 2. – С. 24–30. – Текст: непосредственный.

157. Сараева, Н. М. Ценностные ориентации студентов с разным уровнем субъектности / Н. М. Сараева,

Р. Р. Ишмухаметов // Исторические, философские, политические и юридические науки, культурология и искусствоведение. Вопросы теории и практики. – 2014. – № 12-2(50). – С. 166–169. – Текст: непосредственный.

158. Сарсенова, А. Ж. «Шесть шляп мышления» Эдварда де Боно как один из методов развития критического мышления / А. Ж. Сарсенова, М. С. Джальмишев // Вестник Западно-Казахстанского инновационно-технологического университета. – 2022. – Т. 22. – № 2. – С. 181–185. – Текст: непосредственный.

159. Сартр, Ж.-П. Бытие и ничто. Опыт феноменологической онтологии / Ж.-П. Сартр. – Москва: АСТ, 2015. – 928 с. – ISBN 978-5-17-088772-9. – Текст: непосредственный.

160. Сартр. Экзистенциализм – это гуманизм / Ж.-П. Сартр. – Москва: Изд-во иностранной литературы, 1953. – 42 с. – Текст: непосредственный.

161. Селиванов, В. В. Онтогенетические стадии развития субъекта и проявление виктимности / В. В. Селиванов // Психология когнитивных процессов. – 2018. – № 7. – С. 136–145. – Текст: непосредственный.

162. Семёнов, Д. И. Сетевой троллинг как вид коммуникативной деятельности / Д. И. Семёнов, Г. А. Шушарина // Международный журнал экспериментального образования. – 2011. – Вып. 8. – С. 135–136. – Текст: непосредственный.

163. Семёновских, Т. В. «Клиповое мышление» — феномен современности / Т. В. Семёновских // Оптимальные коммуникации: Эпистемологический ресурс Академии медиаиндустрии и кафедры теории и практики общественной связности РГГУ. – URL: http://jarki.ru/

wpress/2013/02/18/3208 (дата обращения: 30.04.2019). – Текст: электронный.

164. Сергеева, А. Д. Особенности субъект-субъектного взаимодействия членов педагогического коллектива / А. Д. Сергеева // Молодой учёный. – 2016. – № 1(105). – С. 756–758. – Текст: непосредственный.

165. Серёгина, И. А. Психологическая структура субъективности как личностного свойства педагога: автореф. дис. канд. психол. наук / И. А. Серёгина. – Москва, 1999. – 21 с. – Текст: непосредственный.

166. Симакова, С. И. Визуализация в СМИ: вынужденная необходимость или объективная реальность? / С. И. Симакова // Вестник Самарского университета. История. Педагогика. Филология. – 2017. – Т. 23, № 1.2. – С. 135–140. – Текст: непосредственный.

167. Ситникова, С. В. Особенности профессионально-трудовых ценностей студенческой молодёжи / С. В. Ситникова // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Социология. Политология. – 2013. – Т. 13, № 1. – С. 26–32. – Текст: непосредственный.

168. Слободчиков, В. И. Антропологический подход к диагностике образовательных результатов в системе научно-практического образования / В. И. Слободчиков, А. В. Леонтович // Педагогическое образование и наука. – 2020. – № 5. – С. 107–117. – Текст: непосредственный.

169. Слободчиков, В. И. Основы психологической антропологии. Психология человека: Введение в психологию субъективности / В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев. – Москва: Школа-Пресс, 1995. – 384 с. – ISBN 5-88527-081-3. – Текст: непосредственный.

170. Смирнов, Ф. О. Искусство общения в Интернет: краткое руководство / Ф. О. Смирнов. – Москва: Вильямс, 2006. – 238 с. – ISBN: 5-8459-1004-8. – Текст: непосредственный.

171. Смолл, Г. Мозг онлайн: человек в эпоху Интернета / Г. Смолл, Г. Ворган. – Москва: Колибри, 2011. – ISBN 978-5-389-02224-9. – Текст: непосредственный.

172. Солдатова, Г. У. Агрессия в иммерсивной виртуальной среде: поведенческие стратегии подростков и эффект свидетеля / Г. У. Солдатова, С. В. Чигарькова, Е. Ю. Никонова, Д. А. Виницкий, А. Е. Попков // Сибирский психологический журнал. – 2022. – № 86. – С. 26–47. – DOI: 10.17223/17267080/86/2. – Текст: непосредственный.

173. Солдатова, Г. У. Медиамногозадачность: стоит ли беспокоиться? / Г. У. Солдатова, А. В. Трифонова // Дети в информационном обществе. – 2018. – № 28. – С. 26–37. – Текст: непосредственный.

174. Солдатова, Г. У. Цифровая культура: Правила, ответственность и регуляция / Г. У. Солдатова // Цифровое общество как культурно-исторический контекст развития человека: сборник научных статей и материалы международной конференции. – Коломна: Гос. социально-гуманитарный университет, 2018. – С. 374–379. – Текст: непосредственный.

175. Солнышкина, М. Г. Условия актуализации профессиональной субъектности в современном обществе (субъектогенез профессиональных стратегий) / М. Г. Солнышкина // Учёные записки Российского государственного социального университета. – 2006. – № 1(49). – С. 90–94. – Текст: непосредственный.

176. Сперанская, Н. И. Роскошь человеческого общения: гениальное пророчество Антуана де Сент-Экзюпери? / Н. И. Сперанская // Гуманитарные и социальные науки. – 2018. – № 4. – С. 130–136. – Текст: непосредственный.

177. Становление субъектности учащегося и педагога: экопсихологическая модель: коллективная монография / В. И. Панов, С. Л. Зотова, Э. В. Лидская и др. – Санкт-Петербург: Нестор-История, 2018. – 302 с. – ISBN 978-5-4469-1367-1. – Текст: непосредственный.

178. Стрелова, О. Ю. Наши ученики — цифровые аборигены / О. Ю. Стрелова, М. Д. Осадчий // Наука и образование. Вестник Хабаровского края. – 2023. – № 1. – С. 6–10. – Текст: непосредственный.

179. Строева, О. В. Эволюция образа Нарцисса от архаики до эпохи селфи / О. В. Строева // Культура и цивилизация. – 2017. – Т. 7, № 4А. – С. 724–734.

180. Сулейменов, С. И. Изучение отношения современной молодёжи к использованию англицизмов в речи (на примере опроса студентов СибАДИ) / С. И. Сулейменов // Современные проблемы науки, общества и культуры: сборник статей VIII международной научно-практической конференции. – Омск: СибАДИ, 2023. – Текст: непосредственный.

181. Сухина, И. Г. К вопросу об аксиологии культуры: культура и её модальности в системе ценностного отношения человека к действительности (философско-антропологический ракурс проблемы) / И. Г. Сухина // Juvenis Scientia. – 2016. – № 2. – С. 75–79. – Текст: непосредственный.

182. Сыромятников, И. В. Профессиональное самоопределение специалиста в контексте анализа субъектности / И. В. Сыромятников, И. Г. Ожерельева // Право и образование. – 2006. – № 5. – С. 152–167. – Текст: непосредственный.

183. Тамарская, Н. В. Особенности подготовки преподавателей университета к обучению поколения Z / Н. В. Тамарская // Ярославский педагогический вестник. – 2019. – № 5(110). – С. 51–57. – DOI: 10.24411/1813-145X-2019-10522. – EDN: UKKNHA. – Текст: непосредственный

184. Третьякова, В. С. Цифровое поколение: потери и приобретения / В. С. Третьякова, Н. Г. Церковникова // Профессиональное образование и рынок труда. – 2021. – № 2(45). – С. 53–65. – DOI 10.52944/PORT.2021.45.2.004. – Текст: непосредственный

185. Тульчинский, Г. Л. Субъектность как ответственное сознание самости: распределённая идентификация и прокреативность автопроекции / Г. Л. Тульчинский // Человек как открытая целостность. – Новосибирск: Академиздат, 2022. – С. 63–75. – Текст: непосредственный.

186. Турко, Д. С. Этика и проблема критериев субъектности / Д. С. Турко // Вестник Томского государственного университета. Философия. Социология. Политология. – 2022. – № 68. – С. 154–164. – DOI: 10.17223/1998863X/68/15 – Текст: непосредственный.

187. Тюгашев, Е. А. Клиповое мышление — современная форма нульмерного мышления / Е. А. Тюгашев // Вестник Самарского государственного технического уни-

верситета. Серия: Философия. – 2025. – Т. 7, № 1. – С. 91–101. – Текст: непосредственный.

188. Узнадзе, Д. Н. Экспериментальные основы психологии установки / Д. Н. Узнадзе. – Тбилиси: Изд-во АН Грузинской ССР, 1961. – 210 с. – Текст: непосредственный.

189. Ульшина, И. В. Кибersталкинг как разновидность кибербуллинга / И. В. Ульшина // Коррекционно-педагогическое образование – 2021. – № 3(27). – С. 156–160. –Текст: непосредственный.

190. Фихте, И. Г. Сочинения: в 2 т. Т. 1 / И. Г. Фихте. – Санкт-Петербург: Мифрил, 1993. – 799 с. – ISBN 5-86457-003-6. – Текст: непосредственный.

191. Франкл, В. Э. Человек в поисках смысла / В. Э. Франкл. – Москва: Прогресс, 1990. – 368 с. – ISBN 5-01-001606-0. – Текст: непосредственный.

192. Фролова, О. А. Англицизмы как функционально-прагматические маркеры цифровой коммуникации русскоговорящей молодёжи / О. А. Фролова // Филологические науки. Вопросы теории и практики. – 2024. – Т. 17. – № 9. – С. 3062–3070. – DOI: 10.30853/phil20240434. – Текст: непосредственный.

193. Фрумкин, К. Г. Глобальные изменения в мышлении и судьба текстовой культуры / К. Г. Фрумкин // Ineternum. – 2010. – № 1(2). – С. 26–36. – Текст: непосредственный.

194. Фуко, М. Герменевтика субъекта / М. Фуко. – Санкт-Петербург: Наука, 2007. – 680 с. – ISBN: 978-5-02-026922-4, 2-02-030800-2. – Текст: непосредственный.

195. Хайдеггер, М. Бытие и время / М. Хайдеггер. – Санкт-Петербург: Академический проект, 2015. – 460 с. – ISBN: 978-5-8291-1228-8. – Текст: непосредственный.

196. Харченко, И. И. Парадоксы профессиональной ориентации молодёжи: что в приоритете – интересы и самореализация или потребности экономики / И. И. Харченко, Н. М. Арсентьева // Социодинамика. – 2019. – № 12. – С. 86–102. – DOI: 10.25136/2409-7144.2019.12.31800. – Текст: непосредственный.

197. Хисматулина, Н. В. Инструмент диагностики развития образовательной субъектности как метакомпетенции у обучающихся в процессе включённого педагогического наблюдения / Н. В. Хисматулина // На пересечении языков и культур. Актуальные вопросы гуманитарного знания. – 2024. – № 2(29). – С. 321–324. – Текст: непосредственный.

198. Хриптович, В. А. Поколение инфантильных: обзор проблемы / В. А. Хриптович // Научные труды Республиканского института высшей школы. Исторические и психолого-педагогические науки. – 2015. – № 15-2. – С. 206–213. – Текст: непосредственный.

199. Цыганкова, М. Н. Субъектность как фактор личностного и профессионального самоопределения учащихся с ограниченными возможностями здоровья в юношеском возрасте / М. Н. Цыганкова // Человеческий капитал. – 2015. – № 5(77). – С. 33–37. – Текст: непосредственный.

200. Чернова, Е. А. Исследование мифа о клиповом мышлении / Е. А. Чернова // Культурные тренды современной России: от национальных истоков к культурным

инновациям: Сборник докладов XII Всероссийской научно-практической конференции студентов, магистрантов, аспирантов и молодых учёных. – Белгород: Белгородский государственный институт искусств и культуры, 2024. – С. 212–215. – Текст: непосредственный.

201. Чудновский, В. Э. Смысл жизни: «Коэффициент» полезного действия: проблема действенности феномена смысла жизни / В. Э. Чудновский // Психология смысла жизни: школа В. Э. Чудновского. – Москва: Смысл, 2021. – С. 41–49. – ISBN 978-5-89357-407-4. – Текст: непосредственный.

202. Чумаков, М. В. Эмоционально-волевая сфера личности субъекта / М. В. Чумаков // Проблема социальной психологии личности: сборник статей – Саратов: Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н. Г. Чернышевского, 2008. – URL: https://psyjournals.ru/sgu_socialpsy/issue/30312_full.shtml (дата обращения: 8.05.2022). – Текст: электронный.

203. Чурсина, О. В. Словообразовательная характеристика англицизмов в русском сленге / О. В. Чурсина, К. С. Дема, Д. А. Жидкова // Гуманитарные исследования. – 2021. – № 2(78). – DOI: 10.21672/1818-4936-2021-78-2-084-087. – EDN: TRDMQA. – Текст: непосредственный.

204. Шевцов, Г. А. Молодёжный клуб Русского географического общества как агент активной социализации и борьбы с инфантильностью молодёжи / Г. А. Шевцов // Мировоззренческие основания культуры современной России: сборник научных трудов XIV Международная научная конференция. – Магнитогорск: МГТУ им. Г. И. Носова, 2023. – С. 272–278. – Текст: непосредственный.

205. Шевченко, Л. В. Развитие гражданской субъектности в условиях информационного общества / Л. В. Шевченко // Вестник Южно-Российского государственного технического университета (НПИ). Серия: Социально-экономические науки. – 2023. – Т. 16, № 1. – С. 274–282. – Текст: непосредственный.

206. Шлегель, Е. В. Поколение Z: типические черты и ценностные ориентации / Е. В. Шлегель // Вестник Гуманитарного университета. – 2022. – № 2(37). – С. 122–130. – Текст: непосредственный.

207. Щукина, М. А. Эвристичность субъектного подхода в психологических исследованиях саморазвития личности / М. А. Щукина // Психологический журнал. – 2018. – Т. 39, № 2. – С. 48–57. – DOI: 10.7868/S0205959218020058 – Текст: непосредственный.

208. Юсупова, А. С. Управление человеческим капиталом в условиях культурного многообразия: ценности и идентичность молодёжи как фактор организационного развития / А. С. Юсупова // Экономика и управление: проблемы, решения. – 2025. – Т. 9, № 3(156). – С. 122–131. – DOI: 10.18334/et.6.1.39880. – Текст: непосредственный.

209. Юсупова, С. Ф. «Колесо баланса» и профилактика профессионального выгорания / С. Ф. Юсупова // Человеческий фактор: социальный психолог. – 2018. – № 2(36). – С. 251–256. – Текст: непосредственный.

210. Ядова, М. А. Молодёжь в современном мире: тенденции взросления / М. А. Ядова // Россия и современный мир. – 2018. – № 4(101). – С. 104–111. – Текст: непосредственный.

211. Яковлева, Л. С. Феномен селфи как форма трансформации нарциссизма личности в информационном обществе / Л. С. Яковлева // Философия и гуманитарные науки в информационном обществе. – 2020. – № 1(27). – С. 70–79. – Текст: непосредственный.

212. Яковлюк, А. А. Социолингвистические аспекты и особенности выражения агрессии в Интернете / А. А. Яковлюк // Вестник Башкирского университета. – 2014. – Т. 19, № 3. – С. 978–981. – EDN: SYAEHL. – Текст: непосредственный.

213. Ялом, И. Д. Экзистенциальная психотерапия / И. Д. Ялом. – Москва: Класс, 2019. – 576 с. – ISBN 978-5-86375-248-8. – Текст: непосредственный.

214. Яркова, Т. А. Занятость студентов на рынке труда: «старые» или новые тенденции? / Т. А. Яркова, Н. К. Михайлова // Экономика труда. – 2019. – Т. 6. – № 1. – С. 587–598. – DOI: 10.18334/et.6.1.39880. – Текст: непосредственный.

215. Яруллина, Л. Р. Портрет цифрового поколения студентов: психологический контекст / Л. Р. Яруллина // Текст: непосредственный.

216. Ясперс, К. Философия. Книга вторая. Просветление экзистенции / К. Ясперс. – Москва: Канон+, РООИ «Реабилитация», 2012. – 448 с. – ISBN 978-5-88373-290-3 – Текст: непосредственный.

217. Becker, B. To be in touch or not? Some remarks on communication in virtual environments / B. Becker // Proceedings of the 6th International IFIP-Conference. – Bonn: Germany, 1997. – P. 211–212. – Текст: непосредственный.

218. Ben-Ze'ev, A. Miłość w Sieci. Internet i emocje / A. Ben-Ze'ev. – Poznań: Rebis, 2005. – 335 p. – ISBN 837-301-60-66. – Текст: непосредственный.

219. Berkowitz, A. Response ability: Complete guide on bystander behavior / A. Berkowitz. – Chicago: Beck & Co. Chicago, 2009. – 93 p. – Текст: непосредственный.

220. Blossfeld, H. P. Globalization, Uncertainty and Youth in Society / H. P. Blossfeld, E. Klijzing, M. Mills, K. Kurz. – New-York: Routledge, 2005. – 452 p. – ISBN 0415357306. – Текст: непосредственный.

221. Çelik, S. The Effect of Personality on Cyberbullying Among University Students in Turkey / S. Çelik, H. Atak, A. Erguzen // Eurasian Journal of Educational Research. – Vol. 49. – P. 129–150. – Текст: непосредственный.

222. Couchman, J. J. Self-Agency in Rhesus Monkeys / J. J. Couchman // Biology Letters. – 2011. – Vol. 8. – № 1. – P. 39–41. – Текст: непосредственный.

223. Davison, P. The Language of Internet Memes / P. Davison // The Social Media Reader. – New York, London: New York University Press, 2009. – P. 120–134. – Текст: непосредственный.

224. Delaney, T. Friendship and Happiness: And the Connection Between the Two / T. Delaney, T. Madigan. – USA: McFarland & Company, 2017. – 294 c. – ISBN 9781476668963. – Текст: непосредственный.

225. Demirbilek, M. The Effect of Social Media Multitasking on Classroom Performance / M. Demirbilek, T. Talan // Active Learning in Higher Education. – 2017. – Vol. 19. – № 2. – P. 117–129. – Текст: непосредственный.

226. Despret, V. The Becomings of Subjectivity in Animal Worlds / V. Despret // Subjectivity. – 2008. – Vol. 23. – № 1. – P. 123–139. – Текст: непосредственный.

227. Esping-Andersen, G. The Three Worlds of Welfare Capitalism / G. Esping-Andersen. – Cambridge: Polity Press, 2015. – 248 p. – ISBN 9780745607962. – Текст: непосредственный.

228. Faris, R. Casualties of Social Combat: School Networks of Peer Victimization and Their Consequences / R. Faris, D. Felmlee// American Sociological Review. – 2014. – Vol. 79. – No. 2. – P. 228–257. – Текст: непосредственный.

229. Glock, H. Animal Agency / H. Glock // A Companion to the Philosophy of Action, ed. by T. O'Connor, C. Sandis. – Malden, MA: Wiley Blackwell, 2010. – P. 384–392. – Текст: непосредственный.

230. Gordon, P. Information Overload in the Information Age: A Review of the Literature from Business Administration, Business Psychology, and Related Disciplines with a Bibliometric Approach and Framework Development / P. Gordon // Business Research. – 2018. – № 12. – P. 479–522 – Текст: непосредственный.

231. Hadi, H.K. The Relationship of Virtual Reality and Interpersonal Communication: Bibliometric Overview / H.K. Hadi, M.I. Irawan, R. Nadlifatin // Procedia Computer Science. – 2024.– № 234. – P. 1177–1186. – Текст: непосредственный.

232. Herrera-López, M. Bullying y Cyberbullying en Latinoamérica / M. Herrera-López, E.M. Romera, R. Ortega-Ruiz // Revista Mexicana de Investigación Educativa. – 2018. – Vol. 23. – No. 76. – P. 125–155. – Текст: непосредственный.

233. Kyriacou, C. Cyberbullying of Teachers by Students on YouTube: Challenging the Image of Teacher Authority in the Digital Age / C. Kyriacou, A. Zuin // Research Papers in Education. – 2015. – Vol. 1522. – P. 1–19. – DOI: 10.1080/02671522.2015.1037337. – Текст: непосредственный.

234. Lembke, A. Dopamine Nation: Finding Balance in the Age of Indulgence / A. Lembke. – New York: Penguin Publishing Group, 2021. – 304 p. – ISBN-13: 978-1524746742. – Текст: непосредственный.

235. Levicán, K. Bystander Roles in Cyberbullying: A Mini-Review of Who, How Many, and Why / K. Levicán, S. Salvo-Garrido // Frontiers in Psychology. – 2021. – Vol. 12. – URL: https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2021.676787/full (дата обращения 2.09.2025). – Текст: электронный.

236. Liu, M. Relationship Between Peripheral Blood Dopamine Level and Internet Addiction Disorder in Adolescents: A Pilot Study / M. Liu, J. Luo // International Journal of Clinical and Experimental Medicine. – 2015. – Vol. 8. – № 6. – P. 9943–9948. – Текст: непосредственный.

237. Loch, K.K. How Has the Internet Reshaped Human Cognition? / K.K. Loch, R. Kanai // The Neuroscientist. – 2015. – Vol. 22. – № 5. – P. 506–520. – DOI: 10.1177/1073858415595005. – Текст: непосредственный.

238. MacLeod, A.M. A Default Mode of Brain Function / A. M. MacLeod , A. Z. Snyder, W. J. Powers, D. A. Gusnard, G. L. Shulman // Computers in Human Behavior. – 2013. – № 29. – P. 948–958. – Текст: непосредственный.

239. Markus, H. R. Models of Agency: Sociocultural Diversity in the Construction of Action / H.R. Markus,

S. Kitayama // Nebraska Symposium on Motivation. – 2003. – № 49. – P. 1–58. – Текст: непосредственный.

240. Mason, K. L. Cyberbullying: A preliminary assessment for school personnel / K. L. Mason // Psychology in the Schools. 2008 – № 45(4). P. 323-348. – DOI: 10.1002/pits.20301. – Текст: непосредственный.

241. McFarlane, L. An Exploration of Predatory Behaviour in Cyberspace: Towards a Typology of Cyberstalkers / L. McFarlane, P. Bocij // First Monday. – 2003. – Vol. 8. – № 9. – P. 1–10. – DOI: 10.5210/fm.v8i9.1076. – Текст: непосредственный.

242. Nand, P. «How Bullying Is This Message?» A Psychometric Thermometer for Bullying / P. Nand, R. Perera, A. Kasture // Proceedings of the 2016 26th International Conference on Computational Linguistics (COLING'16). – Osaka: Japan, 2016. – P. 695-706. – Текст: непосредственный.

243. Peluchette, J. Cyberbullying Victimization: Do Victims' Personality and Risky Social Network Behaviors Contribute to the Problem? / J. Peluchette, K. Karl, C. Wood, J. William // Computers in Human Behavior. – 2015. – Vol. 52. – P. 424–435. – DOI: 10.1016/j.chb.2015.06.028. – Текст: непосредственный.

244. Prensky, M. Digital Natives, Digital Immigrants. Part 1 / M. Prensky // On the Horizon. – 2001. – Vol. 9. – № 5. – P. 1-6. – Текст: непосредственный.

245. Przybylski, A. K. Fear of Missing Out, Social Media Engagement, and Adolescent Well-being: A Study of Relationships Between FOMO and Lower Life Satisfaction and Mood Disturbances / A. K. Przybylski, K. Murayama, C. R. DeHaan, V. Gladwell // Computers in Human Behavior. –

2013. – Vol. 29. – № 4. – P. 1841–1848. – DOI: 10.1016/j.chb.2013.02.014. – Текст: непосредственный.

246. Raichle, M. E. The Brain's Default Mode Network / M. E. Raichle // Annual Review of Neuroscience. – 2015. – Vol. 38. – P. 433–447. – DOI: 10.1146/annurev-neuro-071013-014030. – Текст: непосредственный.

247. Ralph, B.C.W. Media Multitasking and Failures of Attention in Everyday Life / B.C.W. Ralph // Psychological Research. – 2014. – Vol. 78. – № 5. – P. 661–669. – Текст: непосредственный.

248. Rössler, B. Der Wert des Privaten / B. Rössler. – Frankfurt am Main: Suhrkamp, 2001. – 379 p. – ISBN 9783518291306 – Текст: непосредственный.

249. Rothman, D. A Tsunami of Learners Called Generation Z / D. Rothman // MDLE.net Journal. – 2019. – URL: https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=2697120 (дата обращения: 23.12.2019). – Текст: электронный.

250. Saito, T. Hikikomori: Adolescence Without End / T. Saito. – Minneapolis: University of Minnesota Press, 2013. – 192 p. – ISBN-13: 9780816654598. – Текст: непосредственный.

251. Smith, P. K. Cyber-Bullying: Its Nature and Impact in Secondary School Pupils / P. K. Smith, J. Mahdavi, M. Carvalho, S. Fisher, S. Russell, N. Tippett // Journal of Child Psychology and Psychiatry. – 2008. – Vol. 49. – P. 376. – Текст: непосредственный.

252. Tani F. Bullying and the Big Five: A Study of Childhood Personality and Participant Roles in Bullying Incidents / F. Tani, P. S. Greenman, B. H. Schneider, M. Fregoso // School Psychology International. – 2003. – Vol. 24. – P. 131–

146. – DOI: 10.1177/0143034303024002001. – Текст: непосредственный.

253. Taylor, C. The Ethics of Authenticity / C. Taylor. – Cambridge, MA: Harvard UP, 1991. – 142 p. – ISBN 0-674-26863-6. – Текст: непосредственный.

254. Turkle, S. Life on the Screen: Identity in the Age of the Internet / S. Turkle. – New York: Simon & Schuster, 1995. – 347 p. – ISBN 0-684-83348-4. – Текст: непосредственный.

255. Twenge, J. M. IGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy – and Completely Unprepared for Adulthood – And What That Means for the Rest of Us / J. M. Twenge. – New York: Atria Books, 2017. – 342 p. – ISBN 150-11520-25; 978-15011-52-023. – Текст: непосредственный.

256. Uncapher, M. R. Media Multitasking and Memory: Differences in Working Memory and Long-Term Memory / M. R. Uncapher, M. K. Thieu, A. D. Wagner // Psychonomic Bulletin & Review. – 2016. – Vol. 23. – No. 2. – P. 483–490. – Текст: непосредственный.

257. Wellman, B. Connected Lives: The Project / B. Wellman, B. Hogan // In P. Purcell, Networked Neighborhoods. – London: Springer-Verlag, 2006. – P. 161–182. – ISBN 9781846282676. – Текст: непосредственный.

258. Yemm, G. Essential Guide to Leading Your Team: How to Set Goals, Measure Performance and Reward Talent / G. Yemm. – Pearson Education, 2013. – 272 p. – Текст: непосредственный.

259. Zahavi, D. Is the Self a Social Construct? / D. Zahavi // Inquiry. – 2009. – Vol. 52. – No. 6. – P. 551–573. – Текст: непосредственный.

Научное издание

Вероника Олеговна Богданова

Проблема субъектности цифрового поколения

Монография

ISBN 978-5-907821-84-2

Ответственный редактор Е.Ю. Никитина
Редактор О.В. Угрюмова
Технический редактор О.В. Угрюмова

Подписано в печать 22.01.2026. Формат 60×84 1/16. Усл.печ.л. 19,44. Тираж 100 экз. Заказ 664.

Центр издательской деятельности и научного сервиса ЮУрГГПУ
454080, Челябинск, проспект Ленина, 69, каб. 447.
Типография Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета
454080, Челябинск, проспект Ленина, 69, каб. 2.