

**В.О. БОГДАНОВА**

**ЦЕННОСТИ И СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЕ  
ОРИЕНТИРЫ МОЛОДЕЖИ  
В ЦИФРОВУЮ ЭПОХУ**

**МОНОГРАФИЯ**

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

**В.О. БОГДАНОВА**

**ЦЕННОСТИ И СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЕ  
ОРИЕНТИРЫ МОЛОДЕЖИ  
В ЦИФРОВУЮ ЭПОХУ**

**МОНОГРАФИЯ**

**Челябинск  
2022**

УДК 1 Ф  
ББК 87.22  
Б 73

**Богданова, В.О.** Ценности и смысложизненные ориентиры современной молодежи в цифровую эпоху: монография / В.О. Богданова. – Челябинск: Изд-во Южно-Урал. гос. гуман.-пед. ун-та, 2022. – 172 с. – Текст: непосредственный.

ISBN 978–5–907611–45–0

Монография посвящена исследованию смысложизненных ориентиров и ценностей цифрового поколения. Автор раскрывает содержание ценностно-смысловой сферы личности через анализ влияния информационно-коммуникационного пространства на развитие цифровой молодежи. На основе аналитических обзоров зарубежных и отечественных работ и эмпирического исследования рассматриваются векторы изменений когнитивных, эмоционально-волевых, коммуникативных и поведенческих и ценностных особенностей цифрового поколения.

Монография представляет интерес для философов, психологов, социологов, педагогов и специалистов в области медиаобразования.

*Рукопись подготовлена при финансовой поддержке ФГБОУ ВО «Шадринский государственный педагогический университет» по договору на выполнение научно-исследовательских работ от 15.06.2022 г. № 16-391 по теме «Смысложизненные ориентиры современной молодежи в цифровую эпоху: методология исследования».*

Рецензенты: С.В. Борисов, д-р философ. наук, профессор  
А.А. Дыдров, д-р философ. наук, доцент

ISBN 978–5–907611–45–0

© В.О. Богданова, 2022

© Издательство Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета, 2022

## ОГЛА

ВВЕДЕНИЕ	4
ГЛАВА 1. ХАРАКТЕРИСТИКА ЦИФРОВОГО ПОКОЛЕНИЯ	
1.1. Теория поколений	11
1.2. Психологические особенности цифрового поколения: когнитивная сфера личности	31
1.3. Психологические особенности цифрового поколения: эмоционально-волевая и коммуникативная сферы личности	46
Выводы по первой главе	78
ГЛАВА 2. ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВАЯ СФЕРА ЛИЧНОСТИ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ	
2.1. Проблема смысла жизни в экзистенциальной философии и психологии	81
2.2. Анализ смысложизненных ориентиров цифрового поколения	112
Выводы по второй главе	132
ОБЩИЕ ВЫВОДЫ	141
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	150
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	156

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальной проблемой современной философии является концептуальное осмысление влияния цифровой реальности на человека и его будущее. Феномен цифровой реальности появляется в 1980-х годах – в это время человек совершает революционный переход от аналогового мира к цифровому. Дж. Тэплин назвал этот переход транзитом мира информационно-пропускной недостаточности (*bandwidth scarcity*) в мир медийной избыточности (*media abundance*) [137, с. 241]. Мир медийной избыточности конструируется и поддерживается посредством новых культурно-исторических орудий – информационно-коммуникационных технологий. Созданная с помощью них реальность определяет жизнедеятельность человека в экономической, политической, социальной и духовной сферах жизни общества. Развитие и повсеместное внедрение цифровых технологий оценивается как прогрессивный шаг к обнаружению общих целей и ценностей, необходимых для построения, открытого и безопасного глобального общества.

Однако появление и развитие цифровой реальности – это противоречивый процесс, требующий тщательного научного изучения, поскольку он имеет как свои достоинства, так

и недостатки. К положительным аспектам данного явления можно отнести освоение новых способов связи и форм товарно-денежных отношений, внедрение информационных технологий в образовательный процесс, преодоление временных, географических барьеров в коммуникации, расширение возможностей получения информации, творчества и самовыражения.

Цифровая реальность выступает в качестве эффективного помощника, создающего условия для самообразования, профессиональной и творческой самореализации личности. Цифровые технологии освобождают человека от рутинной работы, дают возможность воспользоваться освободившимся временем для удовлетворения собственных интересов и потребностей.

С другой стороны, цифровизации современного мира и бесконтрольное распространение цифровых технологий может иметь негативные последствия. Они могут привести к симулятивному существованию, потери связи человека с внешним миром, к поверхностным и отстраненным взаимоотношениям между людьми, которые оцениваются с позиции прагматизма и утилитарной выгоды [95].

Распространение технологий может приводить к дегуманизации человека и общества в целом. Суть дегуманизации заключается в утрате гуманистических, нравственных и духовных ценностей в общественной жизни [45, с. 254]. Однако нельзя проводить прямую связь между использованием технологий и дегуманизацией общества. Об этом писал еще Н.А. Бердяев в своей работе «Человек и машина». Появление

машин приносит блага комфортной и беззаботной жизни, однако они могут превратить человека в аморфного бездуховного лентяя. Техника наносит страшные удары гуманизму, гуманистическому мирозерцанию, гуманистическому идеалу человека и культуры, но нельзя говорить, что техника обездушила человека, он сам «обездушился». Машинизм, по мысли философа, является лишь следствием очерствения души. Само сознание человека становится направленным исключительно на средства жизни, что способствует усилению технического прогресса, при этом духовные цели представляются ему иллюзорными. Человек превращается в машину, возрастающая специализация во всех сферах жизни ведет к обеднению и разрушению целостности человеческой личности [13, с. 251]. Конечным результатом дегуманизации является появление человека, нацеленного на потребление материальных благ, но не способного обеспечить дальнейшее развитие культуры. Машины и технологии приводят к радикальному преобразованию субъекта, вытеснению человеческого из социальных отношений, разрушению традиционных ценностей, прагматизму и меркантилизму, которые также усугубляет проблему отчуждения в отношениях между людьми.

Некоторые исследователи связывают с процессом цифровизации еще одну опасную для общества тенденцию, суть которой заключается в том, что цифровая реальность способна негативно влиять на мировоззрение и ценностные ориентиры индивидов. Цифровая среда распространяет дискурсы разного рода, которые оказывают манипулятивное влияние

на мышление и поведение людей. Согласно Э. Шострому, современный манипулятор имеет ориентацию на рынок. Он воспринимает человека как вещь, о которой нужно много знать для того, чтобы ей управлять. Манипуляции в виртуальном пространстве становятся стилем жизни, с помощью них регламентируется вся система взаимодействия человека с миром [115, с. 7].

Манипуляция чаще всего основана на использовании стереотипов, присутствующих в сознании людей. Стереотипы часто рассматриваются как отрицательное явление, поскольку автоматизмы в восприятии и мышлении могут затруднять контакт с реальностью, приводить к неверному истолкованию информации при распознавании и узнавании окружающего мира. Однако они могут выполнять положительную функцию – выступать в качестве образцов восприятия, фильтрации, интерпретации информации, основанных на предшествующем социальном опыте, которые выполняют адаптивную функцию. Стереотипы как обобщение прошлого опыта экономят время и энергетические ресурсы человека. Отказ от них приведет к утомлению и психическому истощению.

Таким образом, стереотип можно рассматривать как полезный инструмент, который позволяет быстро оценить ситуацию и принять необходимое решение. Помимо экономии усилий, стереотипы выполняют защитную функцию. Они создают упорядоченную, относительно устойчивую и непроторечивую картину мира, к которой человек уже приспособился. В этой картине мира ее создатель, другие люди,



предметы, события подвергаются оценке и занимают отведенные им места. В своем сконструированном мире человек чувствует себя в безопасности. Благодаря устойчивости стереотипов они могут быть выявлены, изучены и использованы как мишени для манипуляции. Человек с помощью стереотипов воспринимает и оценивает поступившую информацию быстро, не подвергая ее глубокому критическому осмыслению. Этим пользуется манипулятор, применяя стереотипы как «фильтры», через которые его жертвы видят действительность [39, с. 154].

На «магической» силе стереотипов основана коммерческая реклама. Частое повторение слов и образов создает стереотипное представление о высоком качестве товара, о правильности транслируемой системы ценностей и закладывает эти представления в подсознание. Контроль за формированием, подкреплением уже существующих стереотипов позволяет получить человека массы, не ставящего своей целью проверять тот или иной стереотип на соответствие реальности. Если манипулятору удастся заставить большие массы людей видеть общественное явление через нужный стереотип, то их будет сложно вернуть к здравому смыслу во избежание опасных решений [39, с. 167].

Цифровая реальность, с помощью заложенных алгоритмов, может создавать информационный кокон, изолирующий человека от информации, не укладывающейся в систему ценностей определенной социальной группы или общества. Можно сказать, что виртуальное пространство становится обширной площадкой для манипулирования, благода-

ря распространению, доступности и избыточности информации. Чем больше объем информации, тем проще в ней затеряться и стать жертвой манипуляций. Во избежание этого необходимо развивать критическое мышление и изучать механизмы влияния цифровой реальности на сознание.

Цифровые технологии создают иллюзию управления реальностью, человек чувствует себя всемогущим. Однако в современном мире инициатором и двигателем прогресса уже выступает не сам человек, а искусно применяемые технологии. С их помощью создаются комфортные условия, но при этом технологии могут «обеднять» спектр когнитивных способностей человека, беря на себя некоторые интеллектуальные функции, которые раньше выполнял сам индивид. Можно сделать допущение, что цифровые технологии оказывают существенное влияние на сознание человека и уклад его жизни. С одной стороны, инновационные технологии выполняют роль помощника, упрощая жизнь человека, с другой – без их использования современному человеку трудно принять какое-либо решение.

Следует отметить, что цифровизация прежде всего повлияла на перестройку социальных, интеллектуальных и практических аспектов жизнедеятельности молодежи, поскольку именно она проявляет наибольшую активность в освоении и использовании информационно-коммутационных технологий. Эта глобальная перестройка заставила по-другому взглянуть на проблему смысла жизни и культурного самоопределения личности. Решение данной проблемы тре-

бует новых способов исследования смысложизненных ориентиров цифрового поколения.

Объектом нашего исследования являются особенности цифрового поколения, предметом – его смысложизненные ориентиры. Цель исследования заключается в изучении смысложизненных ориентиров представителей цифрового поколения.

Теоретико-методологическую основу работы составляют теоретические положения экзистенциальной философии и психологии (С. Кьеркегор, Ж.-П. Сартр, А. Камю, М. Хайдеггер, К. Ясперс, Дж. Бьюдженталь, А. Лэнгле, В. Франкл, И. Ялом и др.), концепция личностного фундамента смысла жизни В.Э. Чудновского и теория системы ценностей М. Рокича.

В рамках нашей монографии будут изучены когнитивные, эмоционально-мотивационные, поведенческие, ценностно-смысловые особенности цифрового поколения с помощью применения философских и психологических методов и психодиагностических методик. Это позволит выявить, насколько представители цифрового поколения духовно и эмоционально свободно проживают свою жизнь, проявляют аутентичные установки и способны к самореализации, что даст возможность понять, как цифровизация влияет на самоактуализацию личности.

## **ГЛАВА 1. ХАРАКТЕРИСТИКА ЦИФРОВОГО ПОКОЛЕНИЯ**

### **1.1. ТЕОРИЯ ПОКОЛЕНИЙ**

Большое влияние информационно-коммуникационных технологий испытывают на себе представители цифрового поколения. Цифровое поколение (Digital Natives или цифровые аборигены) – это люди, родившиеся после цифровой революции и привыкшие получать информацию через цифровые каналы. Впервые этот термин предложил писатель и популяризатор технологий обучения и просвещения М. Пренски. Писатель рассматривал цифрового человека как коренного жителя цифрового общества или века цифровых технологий [132]. Эти люди живут в окружении компьютеров, видеоигр, плееров, видеокамер, мобильных телефонов, их способ мышления существенно отличается от мышления предшественников. Предшественников цифрового поколения писатель называет цифровыми иммигрантами. Иммигрант – это человек, совершающий перемещение на новое место проживания, который испытывает трудности адаптации к иной культуре. Чаще всего цифровые иммигранты совершенно не приспособлены к новым технологиям. Однако есть и те, кто

вполне успешен в освоении цифры, но при взаимодействии с реальностью сочетают новейшие возможности с прежними [132].

В своем исследовании М. Пренски опирается на теорию поколений, разработанную в 1991 г. американскими историками Н. Хоувом и У. Штраусом [136]. Данная теория первоначально создавалась на основе анализа американского общества, но затем была адаптирована и стала применяться к другим странам. Теория поколений не может учесть культурно-историческую специфику каждой страны, к которой она может применяться, однако основные характеристики поколений она отражает. Теория поколений показывает факторы, влияющие на формирование жизненных приоритетов, моральных ценностей и моделей социального поведения людей разных поколений.

Американские ученые предложили следующую классификацию поколений. Каждое поколение представляет собой группу людей, рождённых в определённый период времени, испытавших на себе влияние одних и тех же событий, и особенностей воспитания [91, с. 45]. Поколения отличаются друг от друга общими чертами, системой ценностей и поведенческими паттернами, которые были сформированы в детстве. Система ценностей поколений складывается под влиянием двух факторов. Первый фактор – это экономические, политические и социальные события, которые происходили в мире в период их взросления (12–14 лет). Второй фактор – это ценности и правила воспитания, нормы поведения, которые прививаются ребенку семьей. Люди, появившиеся на

свет на стыке поколений, формируют переходное поколение (эхо-поколение). Они обладают характеристиками обоих поколений [42].

Поколения сменяют друг друга через каждые 20 лет, вместе образуют повторяющийся временной цикл протяженностью в 80 лет [136]. Временные циклы состоят из четырех периодов: кризиса, подъема, пробуждения и спада. Теория поколений Н. Хоува и У. Штрауса была адаптирована для российского общества социологами Ю.А. Левадой, В.В. Гаврилюком, Н.А. Трикозом и психологами Е.М. Шамисом и А. Антиповым.

Всего в цикле четыре поколения. Первое поколение – беби-бумеры. Это поколение людей, появившихся на свет в промежуток времени от 1943 г. до 1963 г. Представители этого поколения большую часть жизни прожили в СССР. На формирование поколения беби-бумеров повлияли такие социально-экономические условия, как восстановление народного хозяйства после Великой Отечественной войны, холодная война, освоение человеком космоса. Беби-бумеры имеют психологию победителей и завоевателей, поскольку они росли в обстановке, когда страна, пытаясь преодолеть кризис, ставила перед собой амбициозные цели с большой верой в светлое будущее. Данное поколение часто называют трудоголиками. В профессиональной деятельности для них характерен командный дух, решительность и ответственность [41, с. 276].

Истоки командного духа следует искать в послевоенных условиях жизни. Тревожное ожидание новой войны застав-

ляло воспитывать людей, которые во имя Родины и общественного блага смогут отказаться от личных интересов. В то время в детях не воспитывалась индивидуальность, ценились высоко общественные ценности, каждый человек должен был их разделять. Для формирования общественных ценностей социальные институты вмешивались в жизнь каждой семьи. Родители не имели собственного подхода к воспитанию, доверяли развитие детей общественным организациям. Каждый ребенок должен был быть октябренок, пионером и комсомольцем.

У беби-бумеров сформирована особая система представлений о взаимоотношениях в семье. Матери беби-бумеров пережили военное время, это не могло не сказаться на их психологическом состоянии. Родители с неправильно прожитой болью лишений и утраты близких не могли выражать открыто свои чувства, а подавляли их. Остальные люди в их представлении тоже не заслужили права на эмоции, поскольку им не довелось пережить войну. Беби-бумеры росли в холодной и суровой семейной атмосфере, которую создавали для них родители. Во взаимоотношениях отсутствовала эмоциональная привязанность. Родители все свое время и силы тратили на то, чтобы заработать и выжить, неутоленная жажда в поддержке заставляла бумеров искать ее в коллективах. Они становились для них своеобразной материнской структурой, с которой они полностью сливались.

Стиль воспитания бумеров можно охарактеризовать с помощью тезиса: «главное – это выживание», этот стиль не мог не сказаться на представлениях бумеров о семейной

жизни. Беби-бумеры как и их родители готовы были прикладывать большие физические усилия ради материального благополучия детей, однако сохраняли старые установки своих родителей: эмоциональное дистанцирование, контакт с детьми через наказание, проявление родительской власти для формирования послушания и дисциплины. Беби-бумеры часто воспринимали своих детей как пластилин, из которого можно вылепить любую форму. Главное – привить правильные привычки, тогда можно будет получить человека, адаптированного к обществу.

Воспитание командного духа также сформировало большую зависимость бумеров от общественного мнения. У бумеров присутствует привычка постоянно сравнивать себя с другими, которая выражалась посредством следующих требований «будь как все» или «будь не хуже других». Спутниками бумеров являются стыд и страх перед другими, подозрительность, отсутствие базового доверия к миру.

Взросление в тяжелые послевоенные времена, ранняя социализация воспитала в них жизнестойкость и терпение. Пройденный опыт позволил спокойно принимать жизненные трудности. В поведении бумеры проявляют осторожность, стараются не идти на риск. У них высокий уровень социальной ответственности, беби-бумеры чувствуют причастность к жизни своей страны. Данное поколение ценит стабильность во всех сферах жизнедеятельности, стремятся сохранить привычный ход жизни [27, с. 28].

Следующее поколение – поколение X или неизвестное поколение. Оно появилось в 1963–1983 гг. Главными собы-



тиями, сформировавшими это поколение, являются продолжение холодной войны, падение Берлинской стены, перестройка, война в Афганистане, появление персональных компьютеров. Это поколение столкнулось распадом СССР, с тяжелым политическим и экономическим потрясением, которое повлияло на дальнейшую судьбу поколения. На момент распада СССР старшая половина поколения находилась в начале самостоятельного жизненного пути и столкнулась с проблемой профессионального и личного становления. Трудности в профессиональном становлении отразились на формировании семьи и рождаемости. Младшая половина поколения испытала на себе ощущение потерянного детства, наблюдая тяжелое положение своих родителей. Это научило их не питать иллюзий и принимать реальность. На долю поколения X выпало застать время перемен, первоначального накопления капитала.

После распада СССР «иксы» направляли свои силы на достижение личных целей, построение карьеры и приумножение материальных благ. Поколение X прагматично, оно ценит благополучие и стабильность. Отличительной чертой представителей данного поколения является социальная и политическая отчужденность.

Иксы самостоятельны и самодостаточны, при наступлении кризисов рассчитывают на собственные силы, не ждут помощи от государственных структур [108, с. 153].

У поколения X ярко выражены семейные ценности, они чувствуют большую ответственность за родителей и детей. Чувство долга и ответственности перед близкими заставляет

их смотреть на общественные события только через призму личных проблем. Ярко выраженное чувство долга и ответственности обусловлено воспитанием. Поскольку родители иксов – беби-бумеры – много времени тратили на работу, то иксы воспитывались в организациях, отвечающих за досуг – кружки, секции или во дворах. Это воспитало в них самостоятельность, умение полагаться только на себя. Дети поколения икс в семье имели много обязанностей, поскольку родители не успевали вести хозяйство. За неисполнение домашних обязанностей по отношению к детям нередко применялись наказания. Это сформировало у иксов, с одной стороны, чувство ответственности, с другой – привело к тому, что иксы выросли пугливыми и психологически травмированными.

Времена дефицита зародили у этого поколения привычку выделяться. Многие представители этого поколения хотели с помощью одежды и аксессуаров подчеркнуть свою индивидуальность. Иксы могли тратить много времени на поиски редких вещей для придуманного образа.

После перестройки и экономического кризиса иксы легко приняли культуру потребления и стали стремительно компенсировать «несытое детство» покупками. Отсутствие возможности посещать в детстве кружки и секции из-за домашних обязанностей взрослые иксы компенсировали занятиями вокалом, йогой, танцами, спортом, духовными практиками.

Представители поколения Y родились в промежуток с 1981 по 2000 гг. Название поколения было введено для того, чтобы показать отличительные особенности поколения, ко-

которые противопоставлялись чертам поколения X. Бумеры и ихсы, являясь прародителями и родителями играков, во многом сходятся во взглядах. Представители поколения Y от них кардинально отличаются. Американские историки Н. Хоув и У. Штраус для обозначения этого поколения использовали термин «миллениалы». Этим термином они обозначили детей, родившихся в 1981 г., которые должны были закончить выпускной класс средней школы в 2000 г. [136] Другое название поколения – «сетевое» поколение – отражает глубокую вовлеченность представителей этого поколения в использование цифровых технологий. Миллениалы проявляют повышенный интерес к общению в социальных сетях.

Помимо появления интернета, развития цифровых технологий, распространения мобильных телефонов, на это поколение повлияли такие политические и экономические события, как распад СССР, развитие рыночной экономики, переход к капитализму, война в Чечне, мировой финансовый кризис 2008 г. Данное поколение было свидетелем грандиозных изменений жизни в стране и в их семье. Они росли в условиях нестабильности, видели, как вынуждены были приспособливаться к жизни в условиях капитализма их родители. Поскольку родители поколения Y много работали, чтобы их дети не нуждались в необходимых вещах, то миллениумы мало получали от взрослых внимания, заботы и любви.

В отличие от своих родителей представители поколения Y менее самостоятельны. В большинстве случаев родители создавали для играков благоприятные условия, считая своим долгом обеспечить их пока играки не встанут на ноги.

Характерная черта для Y – это «бессрочная молодость», они оттягивают наступление взрослой жизни, которая связана с большой ответственностью. По этой причине игреков еще называют «поколением Питера Пэна». Социолог Кэтлин Шапутис отмечает, что игреки после получения образования долгое время продолжали жить со своими родителями. Она назвала это явление «синдромом переполненного гнезда» [135] и объясняла его международным финансовым кризисом, повышением стоимости жилья и безработицей. Первопричиной этого феномена является неготовность игреков принимать на себя обязательства взрослой жизни из-за негативного примера предыдущего поколения. Поколение игреков видело, что родители, рано вступившие в брак и приступившие к профессиональной деятельности, в итоге развелись и имели нелюбимую работу.

Имея перед глазами неудачный опыт своих родителей, игреки не спешат с трудоустройством. У них появляется возможность более осознанно выбирать профессию исходя из собственных интересов. Как правило, у представителей данного поколения слишком завышенные ожидания от трудоустройства. Игреки не хотят адаптироваться к новым профессиональным условиям, они стараются работу подстроить под свою жизнь. Миллениалы часто меняют места трудоустройства и предпочитают работу с гибким графиком [84, с. 18]. Быстрое развитие цифровых технологий позволило им достигнуть большей независимости от работодателей, они научились зарабатывать самостоятельно, открывая свой бизнес, интернет-магазины.

Игреки амбициозны и трудоспособны, если работа доставляет удовольствие. Представители этого поколения индивидуалисты, они ценят себя, в профессии им важно проявить свои таланты и способности. Они ценят свое свободное время, поэтому не будут работать сверх нормы без дополнительного вознаграждения. При построении карьеры важным фактором для представителей миллениалов выступают выгодные знакомства. Они считают, что социальные связи сыграют более важную роль в их финансовом благополучии, чем образование.

В глазах представителей данного поколения образование имеет небольшое значение, поскольку большинство профессий, на которые учатся игреки, быстро теряют свою актуальность. Возможность получать любые сведения через интернет обесценивает традиционное обучение, построенное на трансляции знаний.

Таким образом, для поколения миллениалов не имеет приоритета семья, получение престижной профессии и образование. Значимое место в их жизни занимает саморазвитие и получение удовольствия от доступных благ. Это связано с характерным для этого поколения чувством неуверенности в завтрашнем дне. Игреки росли в условиях крайней нестабильности, которые оказали влияние на формирование у этого поколения недоверия к построению долгосрочных планов. У них слабовыраженная забота о будущем, они ориентированы на быстро достижимый результат [96, с. 25].

Одной из главных ценностей этого поколения является выражение своей индивидуальности, которое нередко про-

является как противопоставление собственной системы взглядов ценностям общества. Можно увидеть тенденцию к «ортодоксальному антагонизму». Представители этого поколения часто предпочитают примыкать или развивать наименее популярные движения, субкультуры, которые сформировались вопреки представлениям о моде или социальному заказу. Поколение Y использует цифровые технологии для самовыражения. В разных странах представители этого поколения используют сетевые ролевые игры, общение в онлайн-сообществах как способ проявить свою индивидуальность. Большинству миллениалов важен статус, который они имеют в виртуальном мире, поэтому они стремятся создать социально значимые образы. Они ставят перед собой задачу получить как можно больше лайков в социальных сетях, для этого выкладывают селфи, подражают популярным людям, выкладывают фотографии еды или отдыха.

Саймон Синека, описывая поколение Y, отмечал, что у игреков самооценка ниже, чем у предыдущего поколения. Проблема самооценки вызвана воспитанием. Этому поколению родители внушали, что они особенные и могут получить от жизни то, что захотят. Однако когда они входят во взрослую жизнь, то убеждаются в обратном. У них возникают мысли, что в обществе они никому не нужны, поэтому для повышения своей значимости в глазах других людей они обращаются к социальным сетям [89, с. 21]. В 2018 году Американская психиатрическая ассоциация назвала миллениалов самым тревожным поколением, поскольку у многих его пред-

ставителей наблюдается повышенная тревожность и депрессии [81].

Следующее поколение – поколение зумеров. На формирование этого поколения оказало влияние появление интернета, интенсивное развитие цифровых технологий, экономические кризисы 2008–2009 гг. и 2014–2015 гг., пандемия коронавируса.

Представители зумеров были рождены в начале XXI в. Некоторые исследователи считают, что поколение зумеров начинается с 1991 г., поскольку в это время появляется интернет. Исследователь Дж. Твенге в своей работе называет зумеров постмиллениалов «iGen», т.е. «поколением I» [140, с. 22]. Это единственное поколение, которое имело возможность пользоваться интернетом, включая iPhone и iPad. Первая буква в названии этих устройств послужила обозначением подрастающего поколения. Однако ученый, используя букву «I», хотел обратить внимание на индивидуализм, который характерен для этой молодежи.

В своей работе Дж. Твенге выделяет некоторые особенности поколения I. Одной из особенностей данного поколения является медленное взросление. Зумеры, также как и игреки, оттягивают свое взросление, поскольку испытывают сложности в самоопределении. У таких людей нет желания погружаться во взрослую жизнь и принимать какие-либо решения, поэтому большую часть жизни они следуют советам своих родителей и привлекают их к решению своих проблем. Причину медленного взросления зумеров можно обнаружить в том, что в большинстве случаев они единственные де-

ти в семье, поэтому находятся под гиперопекой родителей, редко принимают самостоятельные решения.

Родительская опека айдженерами воспринимается как вполне естественная составляющая их жизни. Однако ее чрезмерные проявления способствуют развитию инфантилизма. Издержкой такого воспитания становится отсутствие самостоятельности, дисциплины, ответственности, без которых невозможна самореализация личности. Это приводит к тому, что зумеры менее приспособлены к самостоятельной жизни, для них поиск работы и выполнение трудовых обязательств является большой проблемой.

У зумеров плохо развиты навыки профессионального общения, поскольку сетевая коммуникация не дает возможности освоить специфику деловых отношений. Без навыков профессионального общения возникают сложности с установлением связи с руководством и клиентами.

Из-за медленного взросления данное поколение позднее начинает работать. Они интересуются не столько карьерным ростом, сколько доходом [140, с. 239]. Труд для них – это прежде всего источник средств существования, поэтому непрестижные специальности у айдженеров более популярны. Стремление зумеров просто зарабатывать связывают с их неуверенностью в собственной квалификации. Успех в профессиональной деятельности кажется им недостижимым, поэтому они и не пытаются повышать свой уровень профессионализма [140, с. 244].

В трудовой деятельности зумеры предпочитают не строить долгосрочных планов. Они не любят работать на



будущий результат, им необходимо получать вознаграждение за каждое выполненное задание. Представители данного поколения предпочитают существовать «здесь и сейчас», легко относятся к жизни, быстро принимают решения и меняют интересы.

В профессиональной сфере зумеры проявляют высокую мобильность, быстро меняют работу, отсюда финансовая незащищенность этого поколения. Материальные сбережения воспринимаются ими как нечто бессмысленное. Деньги нужны, чтобы их тратить на удовольствия.

Они предпочитают работу в дистанционном режиме, чтобы меньше иметь контактов с коллегами. Дж. Твенге называет зумеров поколением «играющих в прятки» из-за стремления его представителей изолировать себя от мира [140]. Интернет-пространство позволяет зумерам не выходить из дома, поскольку существует много профессий, позволяющих работать удаленно, и есть большое количество сервисов, которые доставляют продукты и одежду.

Следует отметить, что зумеры ориентированы на потребление и обеспечение комфортной жизни. Они любят владеть вещами и отдают предпочтение тем из них, которые более практичны [140, с. 253]. Из-за прагматичности зумеров все стандартные воронки продаж не работают. Они не видят смысла покупать недвижимость, автомобили, когда их можно арендовать. Как правило они не меняют айфоны с выходом новой модели, предпочитая ориентироваться только на функциональные качества гаджетов. Некоторые исследователи отмечают, что зумеры являются ответственными и

опытными потребителями, они предпочитают приобретать вещи из экологичных материалов, внимательны к качеству товаров, перед покупкой сравнивают цены в интернете.

Зумеры – это поколение людей, которое не мыслит жизни без интернета. Они владеют цифровыми технологиями, свободно перемещаются в виртуальном пространстве. Интернет представители данного поколения используют не только для общения, развлечений, но и для получения образования и работы [81, с. 288]. Представители этого поколения диплом об образовании в вузе воспринимают чаще всего как формальность, предпочитают самостоятельно заниматься самообразованием в интернете. Почти всю информацию получают из него.

Интересно отношение зумеров к представителям старших поколений. Взрослые перестают быть для них авторитетами, поскольку их понимание жизни существенно отличается от жизненных моделей предшественников. Они черпают информацию из интернета, которая находится в свободном доступе, а взрослые уже не могут передать им ничего значимого и полезного, они не знают больше, чем мировая сеть. Связь зумеров со старшими поколениями оказывается подорванной.

В межличностном взаимодействии зумеры предпочитают виртуальное общение личному. Виртуальное общение существенно отличается от коммуникации в реальном мире, затрудняет развитие навыка считывания невербальной информации в процессе общения, поэтому зумеры плохо разбираются в человеческих эмоциях и поведении.

Знакомства, которые заводят зумеры в процессе виртуального общения, не способствуют формированию прочных социальных связей. Большинство представителей этого поколения понимают, что такие отношения поверхностные, поскольку полагаться на виртуальных друзей бессмысленно [52, с. 989].

Большое значение зумеры как и игреки придают культуре успеха в интернет-пространстве. Они щепетильно относятся к оскорблениям в социальных сетях, и поскольку те остаются не только в памяти свидетелей, но и в публичном доступе. Поскольку айдженеры постоянно находятся в информационном пространстве, то у них возникает потребность следить за приватностью личных данных в сети. Представители поколения зумеров высоко ценят безопасность, они не склонны к риску и следят за своим виртуальным имиджем. Возможность оставить в истории цифровой след служит сдерживающим моментом для проявления открытости в интернете. Однако зумеры часто ведут себя противоречиво в интернет-пространстве. Они пользуются возможностью создавать личные аккаунты на разных коммуникативных площадках и открыто делиться информацией, не всегда помня об ответственном и взвешенном отношении к своим персональным данным. Размытость границ между реальностью и виртуальностью приводит к конвергенции приватной и публичной сфер и несколько снижает ценность приватности. У зумеров есть проблема с выстраиванием границ личного пространства. Виртуальная реальность считается частью жизни человека, поэтому личная жизнь пользователя часто становится дос-

тоянием общественности. Интернет-пространство рассматривается ими как полупубличное пространство, где сам пользователь должен заботиться о персональных данных и своем имидже. Кроме того, в интернет-пространстве невозможно скрыть цифровые следы и сложно противостоять электронному сбору данных. Пользователи интернета как правило это понимают, но не готовы обменять конфиденциальность на удобства. В социальных сетях молодежь настраивает уровни приватности, в зависимости от определенных ролей и статусов пользователей [140, с. 146].

Ранее мы отмечали, что айдженеры склонны оттягивать наступление взрослой жизни, что сказывается не только на профессиональной деятельности, но и на партнерских отношениях. У зумеров особое отношение к любви, семейной жизни и детям. Социологические опросы показали, что у зумеров и игреков в два раза меньше половых партнеров, чем у поколения X. Дж. Твенге объясняет это страхом перед ответственностью. Данное поколение избегает реальности, включая все виды отношений – от дружеских до любовных. Прятаться от действительности помогают телефоны с выходом в интернет [140, с. 72].

Хотя любовь воспринимается как зависимость, зумеры все-таки мечтают об отношениях, но при этом испытывают сомнения, что брак может сделать их более счастливыми. Страх перед серьезными отношениями способствует распространению формы отношений, не требующей большой включенности. Отношения выстраиваются с партнером до малейшего признака дискомфорта. Данная форма не предполагает

знакомства с родственниками или ведения общего быта. Личные границы для айдженеров важнее, чем ответственность за другого человека.

Мировоззрение айдженеров отличается от мировоззрений предшествующих поколений. Они меньше других поколений озабочены поиском смысла жизни и построением системы ценностей. Твинге связывает эту особенность с тем, что данное поколение не религиозно [140, с. 155]. Религия не является для них транслятором ценностей. Зумеры ее не принимают прежде всего из-за ее консерватизма. Она не успевает развиваться и трансформироваться вслед за важнейшими социальными тенденциями и создает препятствия для проявления индивидуальности [140, с. 158–160]. Кроме того, веровать зумерам мешает прагматизм, стремление к осязаемым результатам во всех сферах жизнедеятельности.

Представители поколения зумеров по сравнению с людьми прошлых поколений проявляют большую терпимость к гендерным, религиозным, этническим и прочим различиям. Твинге отмечает, что толерантность айдженеров проистекает из их инклюзивности – стремления построить общество равных возможностей. Они обеспокоены глобальными неравенством и несправедливостью.

Зумеры отдают предпочтение релятивизму, поскольку он позволяет расширить границы мышления, действий и поступков. Однако отсутствие четких духовных ориентиров приводит к тому, что им трудно делать выбор на далекую жизненную перспективу. Им сложно принять неопределенность,

поскольку они не знают, как вести себя в подобных ситуациях. Зумеры, не имея ценностной основы, на которую можно было бы опереться, оказавшись один на один с трудностями отгораживаются от реальности. Можно сказать, что избегание для зумеров является часто встречаемой копинг-стратегией для понижения уровня психологического дискомфорта [98, с. 59].

Еще одной особенностью зумеров является их аполитичность. Молодежь интересуется политическими новостями меньше, чем их родители [140, с. 226]. У них есть своя позиция по социальным и экологическим проблемам, но их гражданская активность часто ограничивается репостами в социальных сетях. Твенге отмечает, что свою аполитичность айдженеры объясняют тем, что их влияние на события в стране, и тем более в мире, ничтожно [140, с. 364], поэтому не имеет смысла интересоваться происходящим, иметь и отстаивать какую-либо позицию.

Краткое рассмотрение теории поколений позволило увидеть некоторые особенности бумеров, иксов, игреков и зумеров. Интерес для данного исследования представляют люди, которых относят к цифровому поколению. Это индивиды, появившиеся на свет в период цифровой революции и которые с самого рождения находятся в среде цифровых технологий. Таким образом, цифровое поколение включает в себя игреков и зумеров, активно использующих цифровые технологии в своей повседневной жизни. Сейчас они учатся в школах и вузах.

Пренски наделяет цифровое поколение рядом особенностей. Они предпочитают изображения тексту, игры «серьезной работе». Они лучше всего функционируют при работе в сети, им сложно дается концентрация внимания на объекте познания. Имея доступ к большому массиву информации, они не осознают ценности знания, у них нет понимания смысла высшего образования. Они имеют высокоразвитые навыки работы с информационными технологиями, но сам интеллектуальный труд становится поверхностным [131].

Сама идея выделить цифровое поколение пришла Пренски, потому что он заметил нарастающую проблему обучения студентов. Причину проблемы он увидел в том, что молодые люди говорят на цифровом языке, в то время как преподаватели говорят «на старом языке с акцентом, причем их акцент заключается в их нежелании принимать новые технологии» [131]. Он призывал преподавателей изменить способ обучения, чтобы обучающиеся могли учиться на понятном для них «языке». Таким образом, цифровое поколение ощущает, воспринимает, понимает мир несколько иначе, чем люди, не подвергавшиеся воздействию современных технологий. Путь к их пониманию лежит через изучение цифровой среды и ее влияние на когнитивные, эмоционально-волевые, поведенческие, ценностные особенности данного поколения. Этот аспект исследования будет рассмотрен в следующем параграфе.

## **1.2. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЦИФРОВОГО ПОКОЛЕНИЯ: КОГНИТИВНАЯ СФЕРА ЛИЧНОСТИ**

В современных научных исследованиях одной из обсуждаемых тем является проблема изменения когнитивной сферы людей под воздействием интенсивно развивающихся цифровых технологий, которые прочно вошли в жизнь и создали не только новое пространство для самореализации и расширения возможностей человека, но и способствовали появлению особого цифрового стиля жизни. Цифровой стиль жизни – образ жизни, основанный на интенсивном использовании интернета, цифровых медиа, он-лайн-сервисов и мобильных приложений.

В этом стиле жизни технические устройства (смартфоны, компьютеры, ноутбуки, планшеты, облачные вычисления, смарт-ТВ и т.д.) становятся важнейшими средствами деятельности и общения, с их помощью преобразуются в цифровую форму и социальные отношения. Цифровой стиль жизни проявляется в постоянном доступе к актуальной информации, возможности выполнять привычные для себя социальные роли независимо от местонахождения, непрерывно координировать коммуникацию с людьми, быстро осуществлять перепланирование и реорганизацию собственного времени.

Цифровой стиль жизни не может не влиять на когнитивную сферу человека, и это воздействие имеет неодно-



значных характер. При использовании интернет-технологий запускаются различные по направленности механизмы, одни из которых могут активизировать, другие тормозить развитие когнитивных способностей индивида.

Под когнитивными способностями понимают индивидуально-психологические особенности процессов ощущения, восприятия, внимания, памяти, воображения, мышления, отличающие одного человека от другого и проявляющиеся в успешности познания окружающего мира [113]. Когнитивные и познавательные способности часто воспринимаются как синонимы. Попробуем определить, какие особенности когнитивных процессов выявляют у представителей цифрового поколения современные исследователи.

Первый когнитивный процесс – восприятие. Восприятие, перцепция (от лат. *perceptio*) – система обработки чувственных данных, включающая бессознательную и сознательную фильтрацию. Восприятие предполагает процесс категоризации воспринимаемого, то есть отнесения воспринимаемых предметов к тому или иному классу (категории) объектов [54, с. 121].

До появления интернета преобладающим способом получения информации являлся линейный текст, в результате развития цифровых технологий у него появляется конкурирующая форма – визуальный контент. Визуальные образы становятся основными носителями информации. Именно поэтому исследователи отмечают, что у цифрового поколения доминирует визуальный способ восприятия информации че-

рез использования фотографий, картинок, схем, графиков [67, с. 33].

Предпочтение визуального контента тексту можно объяснить двумя причинами. Первая причина заключается в массивированной визуальной стимуляции, которая осуществляется современными техническими средствами, ставшими важной частью жизни человека. Вторую причину следует искать в том, что современный мир переполнен информацией, которая постоянно пересматривается и восполняется. Способность человека замечать изменения информационного пространства и быстро перерабатывать новые данные влияет на его адаптацию в социокультурной среде. Быстрее и проще воспринимается визуальный контент, поэтому текст больше не является определяющим для понимания смысла отображенной на экране информации. Возникает необходимость дублирования текста визуальным сопровождением для его понимания [88, с. 25–27].

Существенно меняется отношение молодежи к длинным текстам. Исследование М.Е. Аникиной показывает, что молодые люди, проживающие в больших городах, либо не воспринимают длинные тексты, либо выражают к ним негативное отношение. Практически все опрошенные отдавали предпочтение визуальному контенту [4].

Молодому поколению сложно работать с линейным текстом. Текст не читается в традиционном понимании, его горизонтально «пробегают» по заголовкам, абзацам и целым страницам в поисках быстрой и легкой «добычи». Этот подход к информации похож на то, как телезритель «перескаки-

вает» с канала на канал, наблюдая не связанные друг с другом обрывки информации, или как пользователи сети листают новостную ленту [15, с. 80].

Д. Ротман (D. Rothman) отмечает, что у представителей цифрового поколения даже выработался свой способ работы с текстом. Они ищут необходимую информацию по ключевым словами, гиперссылкам. Джейсон Дорси подчеркивает, что такая тенденция считывать лишь заголовки материалов нередко приводит к дезинформации, поскольку заголовки не передают содержание [4].

Поскольку чтение линейного текста представители цифрового поколения воспринимают как тяжелую и затратную по времени работу, то они часто обращаются к источникам, где дается краткая информация. Опрос студентов-бакалавров, проведенный А.Р. Бухарбаевой в 2018 г., показал, что при поиске информации у 80 % студентов приоритетным источником является Википедия, которая публикует материал в сжатом и структурированном виде. Согласно А.Р. Бухарбаевой, студенты практически не читают учебную литературу и первоисточники. Как правило они ограничиваются конспектами лекций и презентациями преподавателей. Только небольшая часть студентов умеет искать информацию и правильно с ней обращаться [18, с. 133].

Гипертекстуальность является неотъемлемой чертой современной культуры. Н.А. Ахренова отмечает, что гипертекст создает единое пространство с самой разнообразной по содержанию и по форме информацией. Связь между блоками информации обеспечивается с помощью гиперссылок

[6]. Гипертекст отличается от традиционного линейного текста нелинейным расположением достаточно автономных частей. Каждая часть обладает законченным смыслом. Гипертекстуальность интернет-пространства предполагает интерактивность. Пользователи с помощью гиперссылок могут расширять контент, принимать активное участие в развитии гипертекста.

Гипертекстуальность способствует развитию когнитивных навыков у цифрового поколения: умение быстро переключаться между смысловыми фрагментами, воспринимать информацию на высокой скорости, выполнять одновременно много задач.

Особого рассмотрения требует феномен многозадачности, который определяется как одновременное использование нескольких мультимедиапоток, сочетание цифровых и традиционных источников информации, оф-лайн и виртуальных видов деятельности [98].

Многозадачность приводит к высокой скорости переключения внимания, развитию умения быстро выполнять разные виды деятельности. Молодежь может одновременно выполнять учебные задания, слушать музыку, общаться с друзьями в мессенджерах, выполнять домашнюю работу. Если многозадачность представители цифрового поколения воспринимают как норму жизни, то однозадачность вызывает у них ощущение монотонности и скуки. Однако, попадая в условия многозадачности, индивид воспринимает и осваивает информацию поверхностно, у него возникают проблемы с концентрацией внимания при решении конкретной задачи.

По мысли Л.Д. Розена (L.D. Rosen), «платой за многозадачность становятся: рассеянность, гиперактивность, дефицит внимания и предпочтение визуальных символов логике и углублению в текст» [134, с. 104]. Постановка перед субъектом большого количества задач приводит к тому, что он испытывает перегрузку, утомление и истощение. Это может привести к тревожным и депрессивным состояниям. Однако многозадачность дает цифровому поколению возможность получать большее эмоциональное удовлетворение благодаря параллельной вовлеченности разнообразную деятельность [35, с. 161]. С многозадачностью связан психологический феномен гиперактивности. Современным детям, юношам, девушкам довольно сложно оставаться сосредоточенными на чём-то одном, у них часто возникают проблемы с успеваемостью из-за неусидчивости и нетерпеливости. При этом они проявляют большие способности в каких-то отдельных сферах деятельности. Цифровая молодежь отличается большой потребностью в новизне, поиске новых ощущений, она менее терпелива и склонна к повышенной конфликтности.

Снижение обращения цифрового поколения к линейному тексту приводит к тому, что оно утрачивает навыки оперирования большими целостными текстами, испытывает трудности в выделении главной мысли, выявлении причинно-следственных связей. Формируется особый стиль мышления, получивший название *клиповое мышление*.

Л.Д. Розен считает, что клиповое мышление является неотъемлемой характеристикой представителей цифрового поколения, так как они не способны к обработке длинных

текстов, имеют бессистемные знания и рассеянное внимание [134]. Некоторые авторы отмечают, что данный стиль мышления характерен для любого человека, который вынужден работать в условиях потока задач. Благодаря скоростному интернету и дефициту времени он выбирает наиболее мобильную стратегию сканирования информации [16; 85; 104].

Само понятие «клиповое мышление» происходит от английского clip – вырезка, отсечение, нарезка. Оно появилось в 1990-е годы и отражает восприятие окружающей реальности в виде разрозненных коротких и ярких образов, посредством которых реальность видится фрагментарно и мозаично.

Одним из первых описал данный феномен французский социолог А. Моль в своей работе «Социодинамика культуры». Исследователь выделил характерные черты современной культуры, которую он назвал «мозаичной».

Мозаичная культура – это культура постмодерна, направленная на непрерывную трансляцию потока эмоционально насыщенных образов, не дающая возможности индивидам их осмыслить и составить цельную картину мира. Под ее воздействием формируются индивиды с расщепленным сознанием, которые не способны к системному мышлению [72].

Клиповое мышление часто называют бессистемным. Оно приходит на смену понятийному (линейному, словесно-логическому) и является ответом на возрастание информационного потока и ускорение ритма жизни человека. Следует отметить, что клиповое мышление – это закономерное явление

ние, которое можно рассматривать как способ адаптации к цифровому образу жизни в результате стремительного развития науки и технологий. Человек, живущий в эпоху массового потребления информации, не располагает достаточным временем на ее переработку. Постоянное приращение информации приводит к тому, что субъект вынужден ее быстро принимать и передавать ограниченными порциями – «квантами», в отрыве от общего контекста. В условиях дефицита времени информация воспроизводится оперативно и шаблонно. Человеку приходится развивать умение быстро реагировать и переключать внимание с одного источника информации на другой, чтобы быть не на периферии, а в центре событий. Однако насыщенность среды информацией затрудняет процесс ее глубокого осмысления [15, с. 79].

К.Г. Фрумкин выделяет следующие предпосылки возникновения клипового мышления:

- 1) ускорение темпов жизни, возрастание объема информационного потока;
- 2) потребность в большей актуальности информации и скорости ее поступления;
- 3) увеличение разнообразия поступающей информации;
- 4) увеличение количества дел, которыми один человек занимается одновременно;
- 5) рост диалогичности на разных уровнях социальной системы.

Главной особенностью клипового мышления является фрагментарное отражение свойств изучаемых объектов без

учета логических связей между ними, которое затрудняет построение целостной картины мира.

В качестве достоинства клипового мышления автор рассматривает быструю переработку информации [104, с. 32]. По мнению К.Г. Фрумкина, сущность клипового мышления заключается не столько в характере получаемой информации (клипы), сколько в ее краткости и высокой частоте переключений [104, с. 33].

Таким образом, клиповое мышление позволяет человеку обрабатывать контент фиксированной длины, а не семиотические структуры произвольной сложности. Данный тип мышления позволяет быстро переключать внимание с одного смыслового фрагмента на другой, что мешает длительному восприятию линейной последовательности текста [15, с. 80]. Это может приводить к языковому минимализму и бедности речи. Некоторые исследователи отмечают, что из-за утраты актуальности работы с длинными текстами у молодого поколения наблюдаются трудности в осуществлении таких логических операции, как анализ, синтез, сравнение и проведение аналогий [69, с. 183–184].

Это приводит к тому, что человек не может объективно оценивать получаемую информацию. Интернет представляет собой децентрированную унифицированную сеть, в которой достоверная, логично изложенная информация соседствует с иррациональными сведениями. Разноречивая информация может приводить к созданию децентрированной, хаотичной, противоречивой картины мира субъекта [71, с. 7].



С.Г. Кара-Мурза считает, что клиповое мышление характеризуется низким уровнем критичности к получаемой информации. Непрерывная передача неструктурированной информации создает условия для воспитания людей, восприимчивых к манипуляциям, поскольку полученная информация не оценивается и проверяется на достоверность в силу нехватки времени и экономии мышления [39]. Часто информация подается в такой форме, чтобы вызвать эмоции у ее потребителя. Это приводит к тому, что человек просто не замечает ее необоснованности и противоречивости, становится уязвимым для манипуляций извне [98, с. 60]. Человек превращается в идеального потребителя, поскольку у него снижена способность к критическому мышлению, на него можно воздействовать посредством эмоциональных образов, побуждать к действию без долгих размышлений.

В качестве манипулятивных стратегий применяются визуальные образы, с помощью которых можно овладевать вниманием и повлиять на мышление. Поскольку цифровая молодежь восприимчива к яркому визуальному контенту, то в интернет-сети часто обычный текст заменяется картинками, с которыми проще работать. Эта особенность хорошо прослеживается в социальных сетях. В них пользователи создают тематические коллекции изображений, которые сопровождаются максимально короткими надписями, иногда заменяемые стикерами и междометиями. Визуальная информация преобладает над текстовой, растворяясь в ней, современный человек «превращается в напряженный, всеприем-

лющий, на все направленный взгляд, распахнутый навстречу новому визуальному контенту» [8, с. 65].

Особенность восприятия реальности как серии сменяющих друг друга картинок дает некоторым исследователям повод для проведения параллелей между мышлением представителей цифрового поколения и мифологическим сознанием дописьменного общества, в котором с помощью картинок передается то, что раньше в текстовой культуре передавалось вербальными средствами [30, с. 225].

Следует отметить, что использование ярких эмоционально насыщенных визуальных образов может экономить мышление, но приводит к быстрой утомляемости нервной системы, к трудностям концентрации внимания и прокрастинации [19, с. 789–790].

Визуальный интернет-контент дает больше возможностей для прокрастинации, поскольку отвлекает человека от переживаний, которые он испытывает при откладывании важных дел. У человека понижается продуктивность из-за постоянного доступа к сайтам, поглощающим время. Можно сказать, что сейчас интернет-прокрастинация становится социомедийной тенденцией. Под прокрастинацией К. Лэй понимает добровольное, иррациональное откладывание намеченных действий, невзирая на то, что это дорого обойдется или возымеет негативный эффект для личности [73, с. 28]. Прокрастинатор вместо того, чтобы решать важную проблему, отвлекается на решение незначительных задач или тратит время на сиюминутные прихоти и развлечения. Интернет дает больше возможности человеку отвлечься, поскольку от-

крывает неограниченный доступ к развлекательным ресурсам. В любой момент времени пользователь, имеющий выход в интернет, может обратиться к широкому спектру занятий, отвлекающих внимание от основной задачи: общению, пролистыванию сети, шоппину, играм и т.д. Бегство в онлайн становится регулярной практикой ухода от реальных проблем. Этот способ ухода является неадаптивной психологической защитой, которая называется избегающим поведением. Находясь в режиме отстраненного самоуспокоения, человек не разрешает внутреннего противоречия между необходимостью сделать дело и собственными желаниями. Прокрастинация сопровождается сильными эмоциональными переживаниями, человек испытывает чувство вины, беспокойство, неуверенность в разрешении ситуации [44, с. 25]. Однако интернет-прокрастинация также позволяет справляться со скукой во время учебы и на работе. К киберлафингу люди прибегают при повышении уровня стресса. Листание новостной ленты в какой-то степени отвлекает и снимает напряжение [80, с. 95].

Изменения мышления под влиянием интенсивного использования цифровых технологий приводят к перестройке некоторых особенностей памяти. У современного человека хорошо функционирует оперативная память, позволяющая хранить информацию в течение короткого периода времени, но у него менее развита долговременная память [81]. Это связано с непрерывным поступлением информации, приводящей к перегрузке рабочей памяти, в ре-

зультате которой мозг не успевает переводить информацию в долговременную память.

Поскольку представители цифрового поколения имеют круглосуточный доступ к интернету, то нет смысла запоминать информацию, поскольку ее можно легко найти в виртуальном пространстве. Виртуальное пространство воспринимается как внешнее хранилище информации, к которому можно обратиться в любое время. Формируется установка в сознании, которую Д. Вегнер и А. Уорд назвали «Цифровая амнезия» [26, с. 100]. Суть этого эффекта заключается в том, что молодежь не тратит силы на запоминание информации, поскольку привыкла полагаться на поисковые системы. Более актуальным для нее становится удержание в памяти информации о расположении материала и алгоритма его нахождения. Умение самостоятельно находить необходимую информацию, правильно формулируя поисковый запрос, высоко ценится интернет-пользователями и считается чрезвычайно полезным навыком. Д. Вегнер и А. Уорд отмечают, что привычка полагаться на поисковики, способствует росту самооценки когнитивных способностей, поскольку цифровое поколение не проводит разграничение между умением быстро находить информацию и воспроизводить ее по памяти [26, с. 100].

Анализируя поведенческие паттерны цифрового поколения, И.В. Лысак делает прогноз, как будет изменяться память цифрового поколения. Под воздействием информационно-коммуникационных технологий у молодежи будет снижаться произвольная словесно-логическая память, поскольку

будет ослабевать навык работы с линейным текстом. При этом будет развиваться образная память, так как молодежь в процессе обучения использует сайты, где преобладает визуальный контент [56, с. 261].

По данным некоторых исследований, цифровое поколение отличается от предыдущих поколений низкой концентрацией внимания. Если люди текстовой культуры много информации получали в результате чтения книг и у них была высокая концентрация внимания, то люди цифровой культуры существенно отличаются от них. Им сложно сосредоточить внимание на чем-то одном, последовательно излагать свои мысли, рассуждая на одну тему, не меняя содержание разговора, им трудно воспринимать гомогенную информацию, длительно взаимодействовать с одними и теми же людьми [15, с. 79]. А.В. Подстрахова отмечает, что у молодежи продолжительность внимания при работе с интернет-источниками сокращена до восьми секунд («восьмисекундный фильтр»). Средняя продолжительность концентрации внимания в реальном мире составляет 7–10 минут [81]. Эту особенность внимания необходимо учитывать в обучении молодежи. При изложении учебного материала необходимо привлекать обучающегося к разным видам деятельности. Однородная деятельность затрудняет усвоение материала. В связи с этим преподаватели, работающие с представителями цифрового поколения, обычно в процессе занятия меняют несколько видов деятельности (например, сначала объясняют материал словами, затем показывают видео, дают не-

большие практические задачи в группах и индивидуально, в конце – тест).

Рассеянное внимание цифрового поколения прежде всего обусловлено жизнью в условиях многозадачности. Режим многозадачности заставляет повышать скорость обработки информации. Однако чрезмерная многозадачность усиливает стресс и делает работу мозга менее эффективной. Многозадачность снижает активность корковых отделов головного мозга, отвечающих за контроль внимания, приводящую к рассеянности и дефициту внимания [130].

Таким образом, изменения, происходящие в когнитивной сфере представителей цифрового поколения, следует рассматривать через призму трансформации социокультурной среды. В этой среде появляются новые культурно-исторические орудия – цифровые технологии, использование которых приводит к изменению протекания когнитивных процессов. Данные изменения являются адаптивными, поскольку они позволяют эффективно ориентироваться в информационном потоке и быстро обрабатывать информацию, отбирать важное, отсекая лишнее. Формирование у цифрового поколения клипового мышления было необходимо для защиты интеллекта от информационной перегрузки. Оно позволило быстро переключаться с одной информации на другую в условиях многозадачности [15, с. 80]. Благодаря скорости восприятия информации цифровому поколению проще приспосабливаться к изменениям информационно-коммуникационного пространства. Они легче

принимают перемены и быстрее осваивают инновации в области цифровых технологий [19, с. 790].

Однако можно обнаружить некоторые риски цифровизации, связанные с их негативным влиянием на когнитивное развитие. Широкое использование цифровых технологий может приводить к дефициту развития «классических» когнитивных механизмов: восприятия длинных линейных последовательностей, произвольного внимания, долговременной памяти, системного аналитического мышления, письменной и устной речи, рефлексии.

### **1.3. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЦИФРОВОГО ПОКОЛЕНИЯ: ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВАЯ И КОММУНИКАТИВНАЯ СФЕРЫ ЛИЧНОСТИ**

Цифровизация создает новые условия для развития всех сфер жизни (науки, искусства, образования и экономики), изменяется экзистенциальный статус человека во всех социальных практиках, реальные отношения между людьми вытесняются отношениями, опосредованными сложными технологическими системами. Под влиянием киберсреды человек превращается в «человека информационного», происходит трансформация культуры поведения и общения [65, с. 76].

Все виды жизнедеятельности: общение, обучение, труд, отдых переносятся в виртуальное пространство, что становится причиной формирования тенденции к минимиза-

ции усилий. Цифровые технологии существенно облегчают удовлетворение потребностей субъекта, что приводит к снижению его активности [32]. Анализируя состояние современного человека, исследователи проводят аналогию с феноменом «всеприсутствующей матери». Гиперопекающая мать удовлетворяет желания ребенка еще до момента их актуализации. В результате ребенок испытывает трудности в процессе выделения себя из мира, снижаются его рефлексивные способности. Информационные продукты и технологии предоставляют широкий спектр возможностей для быстрого удовлетворения и создания самых разнообразных потребностей. Тотальная информатизация применяется для безграничного распространения предложений, целевых установок, интересов и предпочтений. Человека завлекают избытком предложений товаров и услуг, причем до формирования его личного запроса. Современные технические средства нередко выполняют не только утилитарные функции, но и воспринимаются как часть имиджа. В итоге человек отдаляется от понимания собственных желаний, приоритетов и ценностей, теряет ощущение самого себя.

Ни одна эпоха не предоставляла возможность замены человеческих умений научно-техническими новинками, не побуждала такой высокий интерес к их приобретению. Цифровые технологии поработают волю человека, он уже не представляет свою жизнь без электронных благ, все чаще использует их для замещения собственных физических, физиологических и мыслительных функций. Так, например, навык ориентирования в пространстве функционально замещается



использованием GPS-навигатора, умение искать нужную информацию – применением мобильных поисковых систем, умение делать подсчеты – он-лайн-калькулятором и т.д. Человек, используя информационно-коммуникативные технологии, чувствует уверенность в том, что он сможет быстро и просто решить любую сложную задачу. Под влиянием медиа претерпевают изменения отношения к труду. Современные медиа представляют стратегию целеустремленного честного труда как проявление консервативности и рабства, как признак неуспеха.

Таким образом, цифровизация в какой-то степени обесценивает труд человека, препятствует его личностному росту и когнитивному развитию. Некоторые авторы говорят об инвалидизации цифровой молодежи в контексте утраты возможности обходиться без технических устройств [53, с. 204–205].

Цифровая среда повлияла на формирование у молодежи некоторых поведенческих привычек, которые стали определять способы взаимодействия с миром. Во-первых, представители цифрового поколения с помощью использования информационно-коммуникативных технологий прибегают к опосредованному контакту с действительностью. У них формируется привычка к одновременному использованию 3–4 коммуникативных устройств, благодаря которым они включаются сразу в несколько медиасред. Во-вторых, они воспринимают мир в основном через визуальную информацию, поэтому цифровое поколение еще называют «смотрящим поколением». В-третьих, цифровая молодежь

узаконила «подсматривание». В интернете популярной практикой является трансляция жизни он-лайн, массовая самопрезентация, создание селфи. В-четвертых, цифровое поколение – это интерактивное поколение, поскольку оно включено в жизнь людей и сообществ с помощью мобильных устройств и социальных сетей. В-пятых, представители цифровой молодежи становятся играющим поколением. Они часто играют в компьютерные игры. В-шестых, использование виртуальной коммуникации дает возможность молодежи участвовать в создании проектного бизнеса, для которого не обязательно ходить на работу, а достаточно иметь компьютер, подключение к сети и группу единомышленников [99].

Еще одной особенностью в поведении цифрового поколения является удовлетворение потребности в социальном взаимодействии не в реальном мире, а в режиме он-лайн. По сравнению с прошлыми поколениями молодежь стала меньше общаться, и больше сидеть дома за компьютером или телефоном. Из-за этой особенности некоторые психологи стали говорить о социальной аутизации цифровой молодежи. Социальная аутизация – явление, во многом продиктованное ритмом жизни больших городов и формальными требованиями к образу успешного современного человека. Успех часто ассоциируется с высокой социальной активностью. Однако социальная активность, поддержание многочисленных контактов, поглощение большого объема информации для успешной учебной или профессиональной деятельности истощает эмоциональную сферу психической жизни человека и подрывает его физическое состояние. Человек выбирает по-

ведение, нацеленное на ослабление и избегание социальных контактов, которое определяется как социальная аутизация. Социальная аутизация выступает как защита человека от проблем современного мира. Человек замыкается в себе, снижается его потребность в общении, он уходит от реальности во внутренний мир.

Ограниченность живого общения негативно сказывается на развитии эмоционально-волевой сферы. Под эмоционально-волевой сферой подразумеваются свойства, характеризующие содержание, качество и динамику эмоций и чувств человека, в том числе способов их регуляции [112].

Многие исследователи отмечают, что цифровизация подавляет эмоции и чувства индивидов, затрудняет эмпатию и развитие эмоционального интеллекта. Впервые термин «эмоциональный интеллект» стал использовать Дж. Мейер и П. Саловей в 1990 году. Под эмоциональным интеллектом исследователи понимали способность тщательного постижения, оценки и выражения эмоций; способность понимать эмоции других людей, а также способность управлять эмоциями и чувствами, которая содействует эмоциональному и интеллектуальному росту личности [9, с. 423–424]. Они считают, что во многом успех в социальной жизни и выполнение профессиональных обязанностей зависит от развития эмоционального интеллекта, поскольку он определяет самосознание, саморегуляцию, мотивацию, эмпатию и наличие социальных навыков. Хотя от взрослого человека требуют проявления высокого уровня эмоционального интеллекта, цифровизация не создает для его

формирования благоприятные условия [9, с. 424]. Скорее наоборот – она усугубляет проблему развития эмоционального интеллекта, поскольку опосредованное общение с помощью цифровых технологий препятствует эмоциональной вовлеченности и приобретает обезличенную форму. Коммуницируя в сети, субъект не может в полной мере понять эмоции и чувства другого человека, с которым отсутствует прямой контакт. Психологи отмечают, что из-за нехватки живого общения молодежь плохо разбирается в человеческих эмоциях и поведении.

Попробуем более подробно рассмотреть, к каким проблемам межличностного взаимодействия может привести цифровизация и как трансформируется коммуникативная сфера личности у представителей цифрового поколения.

Коммуникативная сфера – социально обусловленная область коммуникативной деятельности человека, функции которой определяются коммуникативными потребностями человека. Коммуникативная сфера, наряду с эмоционально-волевой, когнитивной, мотивационной сферами, участвует в становлении и развитии личности, регулирует ее отношение к себе и к окружающим. Она влияет на систему установок, ориентации, стереотипов и других диспозиций, через которые личность воспринимает и оценивает других людей [108, с. 45–46].

Коммуникативная активность современного человека проявляется в большей степени в интернет-пространстве, где действуют свои правила и принципы, присутствуют отличные от реальности атрибуты существования. Как уже было отме-

чено, интенсивная киберсоциализация приводит к стиранию границ между виртуальным и реальным мирами. Виртуальность воспринимается цифровым поколением как продолжение реальности. Если раньше долгое время господствовали картезианские представления, согласно которым онтологический статус существования и человек определялись через процесс мышления, то теперь современное поколение приходит к другой максиме. Атрибутом существования в сознании цифрового поколения становится кибертень или цифровой след пользователя. Следы пассивного или активного присутствия в сети свидетельствуют о существовании в мире. Согласно американскому теоретику У. Митчеллу, в мировоззрении цифрового поколения «Я» рассматривается как часть сети, а сеть как часть «Я». Удостовериться в значимости существования можно по активности в сети или по результатам поисковой системы [70, с. 38]. Желание присутствовать в мире проявляется в постоянной проверке аккаунтов в социальных сетях. Пролистывание страниц в социальных сетях сопровождает любой вид деятельности в реальности. Пользователь пребывает в сети даже во время свиданий и общения с друзьями, незаметно для себя он подменяет коммуникацию лицом к лицу скроллингом новостной ленты и обновлением информации на своей странице. Исследователи связывают эту особенность поведения со стремлением пользователя получить от других подтверждение ценности своего присутствия в социальной жизни. Отсюда происходит установка сознания цифрового поколения воспринимать в качестве реальных только те события, которые освещены в ин-

тернете. Онтологический статус устанавливается не только посредством потребления контента, но и через его создание, поэтому текущим состоянием субъекта становится поиск инфоповодов, будь то новые события или идеи для выражения собственного мнения.

Бесконечная погоня за инфоповодами иногда оборачивается для человека проблемой, которая в англоязычной литературе получает название FOMO (fear of missing out) или синдром упущенных возможностей. Термин ввел в употребление П. Макгиннис в 2004 году. Под синдромом упущенных возможностей понимают тревожное психическое состояние, когда человек боится пропустить интересное или важное событие. Современные исследователи считают, что цифровое поколение подвержено данному синдрому. Это объясняется их постоянным нахождением в информационном потоке. Новые события и связанные с ними возможности быстро сменяют друг друга. Из-за быстрой сменяемости событий представитель цифрового поколения не успевает оценить их перспективность. Наличие множества привлекательных вариантов парализует волю, человеку сложно осуществить выбор.

Боязнь упущенных возможностей часто сопровождается страхом лишиться доступа к интернету или мобильному телефону. У человека присутствует непреодолимое желание оставаться в курсе дел друзей и знакомых, для этого он прибегает к пролистыванию сетей. Однако обращение к сетям может усугублять проблему. Человек, наблюдая за жизнью других людей в сети, сталкивается с демонстрацией их актив-

ной включенности в проживание радостных событий, которые отражаются на фотографиях или видео. Идеализированные образы других людей наводят на мысли об ограниченности собственного существования и упускаемых возможностях. Жизнь окружающих людей человеку кажется интересней, чем его собственная. Он делает пессимистический вывод о своем существовании, что в некоторых случаях может спровоцировать депрессию [123, с. 1910].

Важным аспектом жизни цифрового поколения является виртуальная коммуникация с другими людьми. Под виртуальной коммуникацией понимают способ общения, при котором контакт между людьми опосредован компьютером, а все взаимодействия осуществляются в пространстве виртуальной реальности [34]. Молодое поколение чаще всего оценивает виртуальную коммуникацию с положительной стороны, поскольку она протекает в более комфортных и безопасных, чем реальное общение, условиях. Она дает возможность общаться с интересными людьми независимо от их местонахождения и позволяет сэкономить время.

Однако у некоторых представителей цифрового поколения доля виртуального общения может превалировать над коммуникацией лицом к лицу. Перевес виртуальной коммуникации может приводить к трудностям общения в реальных жизненных ситуациях. В ряде исследований отмечается, что владеющие электронной коммуникацией пользователи могут проявлять незрелость и негибкость в межличностном общении в повседневности, испытывать

проблемы в создании и поддержке дружеских, интимно-личностных отношений [66; 126].

Таким образом, виртуальная коммуникация не может обеспечить полноценную социализацию в широком жизненном контексте. Если человек не контактирует с реальными людьми, то он ограничивает развитие своих социальных навыков. Именно поэтому Н.О. Хазиева определяет социализацию как результат перманентного движения человека из мира актуального в миры виртуальные и обратно [105]. Опираясь на идею о том, что не всякая виртуальная коммуникация способствует социализации и адаптации индивида к социальной среде. Р.М. Айсина и А.А. Нестерова выделяют позитивную и негативную киберсоциализацию. Позитивная киберсоциализация представляет собой совокупность процессов безопасного освоения пользователем киберпространства, полноценного использования его многочисленных преимуществ и перенесения полезного опыта, полученного в виртуальной среде, на решение жизненных задач в реальной действительности. Негативная характеризуется высокой степенью вовлеченности пользователя в виртуальные коммуникации в сочетании с низкой способностью к саморегуляции при использовании сетевых ресурсов, наличием девиантных паттернов при общении в интернет-среде и/или высокой уязвимости по отношению к агрессивным сетевым интервенциям. Негативная киберсоциализация затрудняет адаптацию [1, с. 49].

Е.Ю. Алистратова считает, что негативная киберсоциализация чаще встречается у людей подросткового



и юношеского возраста. Это объясняется двумя причинами. Первая причина заключается в высокой степени вовлеченности молодого поколения в виртуальную коммуникацию, которая может затруднять функционирование человека в реальном мире. Активность молодежи переносится в виртуальный мир и ведет к снижению адаптации во внешней действительности и отсутствию умения взаимодействовать с другими людьми «лицом к лицу» [3]. Опыт некоторых исследователей показывает, что многие представители цифрового поколения чувствуют себя уверенней в виртуальном, а не в живом общении, поскольку в сети они могут реализовывать роли, проигрывание которых в повседневности представляется им затруднительным. Им намного легче выражать свою индивидуальность в сети, доверять и обсуждать личные темы с виртуальным собеседником. Виртуальная коммуникация является отдушиной для тех людей, чья жизнь небогата ценным опытом межличностных отношений. Интернет для них является альтернативой непосредственному окружению, поскольку сетевая коммуникация создает иллюзию товарищеских или дружеских отношений. В данном случае виртуальное общение имеет компенсаторный характер, пользователь обращается к интернету, чтобы получить различные формы социального признания, которое ему сложно приобрести в обычной жизни.

Вторая причина – переживание кризиса идентичности, который затрагивает как подростковый, так и юношеский возраст. Подростки, юноши, девушки находятся на этапе самоопределения, они еще не имеют внутренней опоры, по-

этому очень восприимчивы к манипулятивным и агрессивным воздействиям со стороны интернет-среды, у них нет отлаженных способов защиты от негативного психологического воздействия, что может приводить к эмоциональным расстройствам и различным поведенческим девиациям [3].

Таким образом, виртуальная коммуникация может способствовать как формированию положительной, так и негативной киберсоциализации в зависимости от того, находят ли приобретенные в интернете социальные навыки место во внешнем мире или нет.

Виртуальная коммуникация обладает рядом специфических признаков, которые могут влиять на эмоционально-волевую и поведенческую сферы личности пользователей, в том числе на выбор субъектом способа киберсоциализации. М. Бергельсон выделяет следующие признаки виртуальной коммуникации: интерактивность, опосредованность, дистантность, глобальный межкультурный характер, отсутствие статусной иерархии, анонимность участников (в большинстве случаев), неопределенность и неразвитость социальных норм, широкие возможности для конструирования личностной и социальной идентичности, маргинализация и карнавализация коммуникационных процессов [12, с. 58].

Рассмотрим более подробно признаки виртуальной коммуникации, выделенные Бергельсоном, и дополним их другими не менее важными признаками и проследим их влияние на пользователей.

Одним из важных признаков виртуальной коммуникации является интерактивность, которая заключается в использовании специальных систем и он-лайн-площадок для осуществления процесса коммуникации. Интерактивность является характеристикой протекания процесса коммуникации, которая определяется взаимосвязью коммуникационных сообщений и предполагает наличие ответной реакции на приход сообщения или информации, которая должна находиться в контексте предыдущих сообщений. Интерактивное общение может происходить не только между пользователями, но и между пользователем и компьютером, который на основе анализа действия человека выдает определенную информацию. Поскольку виртуальная коммуникация не привязана к пространству и времени, то она может происходить асинхронно. Время диалога с собеседником может растягиваться. Это позволяет участникам виртуальной коммуникации иметь в своем распоряжении больше времени для детального обдумывания и предоставления ответа на сообщение.

Следующие признаки тесно связаны между собой – это дистантность и опосредованность. Дистантность виртуальной коммуникации проявляется в наличии расстояния между людьми, которые находятся в процессе виртуального общения. Коммуникация на большом расстоянии возможна посредством технологий, которые делают общение опосредованным. Таким образом, опосредованность проявляется в том, что общение происходит с удаленным партнером или группой с помощью компьютера, телекоммуникационных

систем [141]. Опосредованность виртуальной коммуникации сводит к минимуму стресс от общения, который часто испытывают люди с проблемами коммуникации в силу своих особенностей характера или здоровья. Опосредованность виртуальной коммуникации создает психологически комфортную среду для раскрытия человека, поскольку при обмене информацией в процессе виртуальной коммуникации люди не беспокоятся относительно собственной внешности, они менее подвержены культурным стереотипам, поскольку не видят собеседника.

Немаловажным признаком виртуальной коммуникации является ее глобальный межкультурный характер. В отличие от традиционной формы коммуникации виртуальная обладает высокой степенью проницаемости. В ней может участвовать любой человек независимо от страны пребывания, то есть она имеет глобальный межкультурный характер. Согласно А.И. Каптереву, виртуальная коммуникация располагает к своеобразному «культурному серфингу», где происходит постоянное столкновение ценностно-нормативных ориентиров различных культур в ходе коммуникации. Результатом такого столкновения должна стать выработка универсальных способов межкультурного взаимодействия [38].

В виртуальном мире отменяются иерархические отношения, нивелируются статусные различия собеседников. Общение в сети превращается в наиболее демократическую и свободную от контроля форму коммуникации [43, с. 149]. Виртуальное пространство часто воспринимается молодежью как приветливая среда свободы. Оно не ограничивает отно-

шения между людьми строгими правилами, здесь отсутствует иерархия и формализм.

Отсутствие иерархии приводит к использованию непринужденного стиля общения. Критики виртуальной коммуникации считают, что такое общение характеризуется легкостью установления контакта, однако не предполагает возникновения устойчивых отношений, так как контакты быстро распадаются из-за отсутствия каких-либо обязательств. Однако виртуальное общение позволяет более избирательно подходить к выбору собеседников. Пользователи выбирают собеседников исходя из собственных увлечений, интересов и личностных потребностей.

Ш. Теркл в качестве еще одного из признаков виртуальной коммуникации выделяет невидимость [138]. В виртуальном общении отсутствует невербальный компонент. Коммуникаторы остаются друг для друга невидимыми, что может приводить к торможению проявления эмоций и чувств по отношению друг к другу. Сознанию человека присущ эффект зеркального отображения, суть которого заключается в том, что человек бессознательно имитирует жест, речевой паттерн или отношение другого в социальных ситуациях. Зеркальное отражение – это подсознательное воспроизведение невербальных сигналов другого человека [125]. Функцию «отзеркаливания» выполняют зеркальные нейроны. Они связаны с проявлением эмпатии, социальным поведением, имитационными действиями. Данные нейроны дают человеку бессознательную способность понимать, осознавать и имитировать всё, что попадает в поле зрения.

Благодаря им человек практически мгновенно улавливает чувства окружающих, у него развиваются социальные адаптационные механизмы, поддерживаются нормы общественного поведения, атмосфера взаимопонимания.

Эффект зеркального отображения бессознательно используется индивидом при общении, с помощью него устанавливается взаимопонимание с человеком. Сходство в невербальных жестах позволяет индивиду чувствовать себя более связанным с человеком, который проявляет зеркальное поведение [118, с. 57]. Похожие невербальные жесты создают представление у собеседников, что у них схожие взгляды и идеи. Зеркальные нейроны, запускающие бессознательный механизм воспроизводства мимики и движения собеседника позволяет людям чувствовать единство, вовлеченность и принадлежность к ситуации. При виртуальной коммуникации отсутствует непосредственный контакт между людьми, что вызывает дополнительные трудности в общении, так как без зеркального отражения сложнее понять и установить связь со своим собеседником. Отсутствие невербальных сигналов при общении в какой-то степени подавляет эмоциональную сферу человека. Он начинает реже проявлять свои чувства, искажается его восприятие самого себя и окружающей действительности.

А.Ю. Иванова и М.В. Малышкина отмечают, что из-за преобладания виртуального общения в жизни цифрового поколения его представители испытывают трудности в понимании невербального поведения окружающих. Это объясняется ограниченным опытом живого общения, который развивает

способность понимать чувства собеседника по его мимике и жестике, устанавливать причинно-следственные связи между невербальными сигналами и поведением. Трудность понимания собеседника вызывает снижение уровня эмпатии и сопереживания [36, с. 226]. Отсутствие невербальных сигналов в процессе общения не дает возможности адекватно воспринимать другого человека как чувствующего и переживающего субъекта взаимодействия. Высокая степень абстрагирования при такой коммуникации искажает представление о том, что за «аватаром» скрывается человек, который может испытывать сильные эмоции и чувства. Г.У. Солдатова отмечает, что в он-лайн-коммуникации другой человек не настолько «очевидно “живой” и переживающий, если речь идет о цифровом мире, что позволяет отнестись к нему с меньшей ответственностью» [90, с. 378].

Таким образом, он-лайн-коммуникация притупляет у представителей цифрового поколения чувство ответственности за исход общения. Им начинает казаться, что позволительно проявлять неуважение, вербальную агрессию по отношению к другому. Это происходит из-за того, что отсутствует прямой контакт с собеседником, человек понимает, что другой не может повлиять на него напрямую, у людей складывается ложное ощущение безнаказанности. Кроме того, для виртуального пространства характерен феномен «обратимости» событий. Представители цифрового поколения, выстраивая взаимодействие, считают, что у них есть возможность «открыть назад» событие, например, удалить компрометирующую информацию или комментарий, сообще-

ние, несущие оскорбление. Это позволяет личности относиться к организации коммуникативного процесса менее ответственно, не переживая стыд, угрызения совести [98, с. 57].

Хотя в виртуальной коммуникации невербальные средства общения теряют свое значение, однако следует отметить, что данный вид коммуникации в какой-то степени продолжает выполнять аффективную функцию, но передача чувств и эмоции приобретает упрощенный характер, по сравнению с межличностным общением в реальности. В интернете используется подобие невербального языка – эмодзи, выражающее основные эмоции, которые может переживать человек в реальной жизни. Эти графические символы придают сообщению эмоциональный оттенок. Виртуальное общение не столь эмоционально окрашено, хотя тоже влияет на эмоциональный фон коммуникантов.

Смайлы, GIF-аниматоры могут передавать настроение и эмоции человека, пишущего сообщение. Однако они не являются адекватным субститутутом «молчаливой речи». Данные способы передачи эмоций и чувств человека используются не столько для выражения переживаний, сколько для умышленного регулирования эмоционального восприятия собеседника [127, с. 169]. Используемые эмодзи становятся частью продуманного виртуального образа, благодаря которому можно осуществлять экспрессионную манипуляцию сознанием коммуникатора. Получается, что создаваемые в виртуальном пространстве проекции «Я» – это результат деятельности разума и воли, но они имеют мало общего с действительностью. Обращаясь к системе визу-



альных символов в виде эмодзи, коммуникатор может успешно скрывать эмоции или демонстрировать те чувства, которые он на самом деле он не испытывает.

Таким образом, цифровая культура изменяет сам характер коммуникации между людьми. В ней не присутствует Другой в своей телесности. Отсутствие визуального контакта создает проблему понимания. Поскольку от собеседника полностью сокрыт опыт переживаний другого человека, то он рискует затеряться в искаженных представлениях о нем [2, с. 14]. Однако отсутствие перцептивного контакта при виртуальной коммуникации может оказывать благоприятное воздействие на общение. Виртуальное общение может минимизировать влияние культурных и социальных стереотипов, которые в повседневной жизни проявляют себя в отношении к облику человека (пол, раса, возраст и принадлежность к определенному социальному слою), устраняет психологические барьеры, которые могут быть связаны с внешностью индивида, наличием физических заболеваний, речевых нарушений. В виртуальной коммуникации теряют значение невербальные средства. Отсутствие возможности видеть собеседника позволяет человеку скрывать свои истинные чувства, а выражать те, которые на самом деле он не испытывает. В интернете в силу «неявленности» собеседника стираются многие границы общения, которые в реальном мире могут быть обусловлены полом, возрастом, социальным статусом, внешней привлекательностью или непривлекательностью.

Отсутствие в виртуальной коммуникации визуального контакта с реальным человеком дает возможность пользова-

телям скрывать свою личность, создавая цифровые репрезентации, оторванные от реальности. Это становится возможным благодаря еще одному признаку виртуальной коммуникации – анонимности. Анонимность – это сокрытие в аккаунтах информации, 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 личную информацию могут использовать в каких-либо целях [122, с. 52].

Благодаря анонимности виртуальное общение может превратиться в игру, порождающую квазиреальность. Человек детально продумывает и конструирует свой виртуальный образ. Это создает благоприятную почву для формирования иллюзии могущества в области автопрезентации, поскольку человеку кажется, что он получает абсолютную возможность управления впечатлением о себе [121].

Аарон Бен-Зе'ев, проводя анализ сетевого общения, приходит к выводу, что в виртуальных встречах люди хоть и скрывают свои личные данные, но это сокрытие информации не является главной целью. Анонимные пользователи сети стремятся к откровенности в выражении своих мыслей и чувств и ожидают ответной честности от своих собеседников. Интернет-пространство начинает выполнять функцию терапевтической кушетки или исповедальни. Пользователи раскрывают тайные стороны своей жизни, о которых не знают даже близкие [122, с. 72]. Открытость в виртуальном обще-

нии становится основой для взаимного эмоционального сближения. Это позволяет перевести отношения на более высокий уровень близости, послужит толчком для развития крепкой связи между людьми.

По мнению Дж. Сулера, анонимность виртуальной коммуникации создает «эффект раскрепощения». Эффект раскрепощения может проявляться двумя способами. Первый способ конструктивный, он заключается в реализации возможности быть откровенным и не закрываться в некоторых личных аспектах [114, с. 81]. Анонимность пользователей позволяет идти на риск путем высказывания мнения, противоречащего мировоззрению окружающих, а иногда даже не укладывающегося в социально приемлемые рамки. В реальной же жизни человек может бояться высказать свою позицию.

Второй способ заключается в том, что индивид дает выход своим отрицательным эмоциям, удовлетворяет деструктивные потребности. В этом случае анонимность сопровождается иллюзорное ощущение безответственности и безнаказанности. Некоторые пользователи, понимая, что невозможно идентифицировать их личность, проявить большую свободу высказываний, перестают контролировать свое поведение. Интернет-пространство становится относительно безопасным местом, где пользователь, как ему кажется, может проявлять агрессию и неприемлемые в реальной жизни аморальные качества, удовлетворять сексуальные потребности, нарушать социальные нормы и правила общения. Следует отметить, что данные формы поведения не вызывает сама

виртуальная коммуникация. Она лишь служит индикатором для обнаружения темной стороны личности пользователя, которая проявляется в виде актов вербальной агрессии, психологического давления или перверсивного поведения.

Анонимность виртуальной коммуникации создает у пользователей ощущение неопределенности социальных норм, приводит к маргинализации коммуникационных процессов. Попробуем разобраться, почему так происходит. Любая коммуникация имеет свои негласные правила. Несмотря на то, что виртуальное общение опирается на принципы свободы и независимости, оно не отменяет традиционных этических ценностей и норм. В 2011 г. на 36-ой сессии Генеральной конференции ЮНЕСКО был утвержден «Кодекс этики информационного общества». В нем постулировалась идея, что в информационном пространстве должны оставаться неизбылемыми права и свободы человека, как и в реальной жизни. В своей работе В. Ши «Нетикет» (V. Shea «Netiquette») сформулировал десять основных правил нетикета:

- 1) помните, что вы говорите с человеком, нельзя наносить вред его жизни, здоровью и свободе;
- 2) придерживайтесь тех же стандартов поведения, что и в реальной жизни;
- 3) помните, где вы находитесь в киберпространстве;
- 4) уважайте время и возможности других;
- 5) сохраняйте лицо и порядочность;
- 6) помогайте другим там, где вы можете это делать;
- 7) не ввязывайтесь в конфликты и не допускайте сквернословия и оскорбления, оставляйте агрессию без ответа;

- 8) уважайте право на частную переписку;
- 9) не злоупотребляйте своими возможностями;
- 10) учитесь прощать другим их ошибки [7, с. 24–25].

Данные правила могут быть взяты на вооружение при любом общении – реальном и виртуальном. Однако, если в коммуникации лицом к лицу субъект не соблюдает правила общения, то он может столкнуться напрямую с осуждением своего поведения. В сетевой коммуникации есть больше возможности ускользнуть от ответной реакции собеседника, проигнорировав его возмущение. Правила В. Ши могли бы стать основой для конструктивного диалога пользователей, если бы их все принимали и соблюдали. Выполнение этих правил остается лишь призывом в силу того, что виртуальная коммуникация – это общение с удаленным партнером, поэтому она имеет опосредованный характер. В ней преодолевается статусная иерархия, которая в реальном мире сдерживает некоторых людей от нарушения моральных норм. Виртуальность дает возможность существовать вне формальных социальных и моральных норм, что позволяет выявить реальный уровень морального развития индивида и раскрыть его подлинные мотивы. Установка на этический плюрализм в сети, с одной стороны, может быть проявлением свободы мышления, освобождения от догматического представления о морали и нравственности, с другой – являться признаком психологической незрелости моральных представлений и беспринципности у отдельных пользователей. Анонимность в виртуальном пространстве формирует ложное представление об отсутствии ответственности за свои

слова и поступки. В отсутствие внешнего контроля некоторым людям сложнее следовать моральным нормам, поскольку нравственные принципы не являются внутренним содержанием их личности. По сути, виртуальная среда позволяет выявить эту проблему.

Виртуальное пространство воспринимается представителями цифрового поколения как территория «свободы от морали», социальных обязательств и норм. В нем не действуют многие нравственные императивы. Например, намеренно искажается информация, применяются ненормативная лексика и оскорбления, унижается человеческое достоинство, нарушается авторское право и многое другое. Возможно, в дальнейшем освоение этого пространства приведет к установлению четких правил взаимодействия с другими пользователями, которые будут аналогичны правилам, действующим в реальности.

Немаловажным признаком виртуальной коммуникации является то, что она открывает широкие возможности для конструирования личностной и социальной идентичности. В реальной жизни все социальные взаимодействия жестко структурированы, используются шаблоны для самокатегоризации. Человек описывает себя как социальный объект, не выходя за границы пола, возраста, национальности, профессиональной принадлежности и пр.

В интернете возможности для самоопределения человека безграничны. Он расширяет представления о своем «Я», может презентовать себя через любой виртуальный образ, выбирая для себя любую внешность и социальное положение.

ние [128]. Анонимность виртуальной коммуникации обогащает возможности самопрезентации человека, он создает виртуальную личность, посредством которой стремится выразить себя. Конструирование виртуальной личности для раскрытия и поиска своей идентичности осуществляется двумя способами. Первый способ заключается в переносе в виртуальное пространство уже известных и наработанных в социальном мире собственных характеристик. Человек виртуально реконструирует привычную социальную идентичность.

Второй способ осуществляется в ходе осмысления ценностных ориентиров своей деятельности. Субъект видит себя в качестве активной личности, стремящейся создать в виртуальном пространстве персональную идентичность [124, с. 235].

Создавая виртуальную идентичность, цифровое поколение преследует разные цели. Человек может стремиться реализовать свое «идеализированное Я». В этом случае виртуальный образ служит воплощением идеальных представлений о себе. Благодаря ему человек удовлетворяет свою потребность в признании и силе.

Конструирование виртуальной личности может отражать желание человека произвести впечатление на окружающих, для этого могут быть выбраны разные способы, как укладывающиеся в социальные нормы, так и противоречащие им. В этом случае человек преследует цель получить необходимое ему внимание для поддержания своей самооценки. При выборе провокационных способов человек без ущерба для своей репутации получает необходимое внимание через виртуальную личность.

Иногда виртуальная личность создается с целью проявления свойственных реальной личности агрессивных импульсов, реализация которых в социальном окружении нежелательна или опасна [142].

Виртуальная личность может быть проявлением компенсаторных стремлений по преодолению объективных или субъективных трудностей коммуникации лицом к лицу. Создание виртуального образа служит способом для преодоления психологических барьеров, посредством него субъект становится более уверенным в себе. Использование виртуальной личности в коммуникации может оказывать положительное влияние на субъекта. С помощью нее индивид развивает навыки социального взаимодействия с разными людьми, начинает осознавать свою ценность в глазах других людей, становится успешным и уверенным в себе, открыто проявляет качества персональной идентичности, добивается поставленных целей [33, с. 436].

Применение идеализированного образа в самопрезентации может демонстрировать негативное отношение субъекта к самому себе. В коммуникации лицом к лицу внешний облик собеседника и невербальные сигналы в виде жестов и мимики служат основой социальной категоризации. Используемая в виртуальной коммуникации анонимность самопрезентации может свидетельствовать о неудовлетворенности результатами социальной категоризации в реальном общении. Желание тотальной анонимности у пользователя говорит о непринятии реальной идентичности. Особо показательным является сокрытие виртуальной личностью каких-то



определенных свойств: пола, возраста, социального статуса и т.д.

Б. Бекер отмечает, что для молодого поколения возможность «убежать из собственного тела» является одним из главных факторов, мотивирующих участвовать в виртуальной коммуникации [121]. Человек снимает влияние внешнего облика и индикаторов статуса, связанных с телесностью. Он освобождается от ряда оснований социальной категоризации. По словам Э. Рейд, виртуальность позволяет осуществить переход от царства физического к царству символического, где можно временно не думать о комплексах и чувствовать свободу [133].

Нередко конструирование виртуальной личности связано с расширением возможностей проявления различных аспектов «Я». В повседневности отношение к норме может быть лишь формальным. В виртуальности человек получает возможность выразить все стороны своего многогранного «Я» [128]. В этом случае виртуальная личность может способствовать самоактуализации человека. Она создается для самовыражения путем освоения новых социальных ролей. Индивид самоопределяется, приобретая новый жизненный опыт [138]. Желание получить новый опыт, попробовать себя в иных ролях характерно для открытой идентичности, которая ищет альтернативы дальнейшего развития. Таким образом, множественность виртуальных идентичностей может быть связана с открытостью реальной идентичности.

Следует отметить, что желание освоить новый опыт через использование виртуальных личностей актуально для

подросткового и юношеского возраста, когда человек проходит через кризис идентичности, а его собственное «Я» представляется размытым. В этом случае виртуальная личность выполняет функцию самоверификации.

Таким образом, виртуальная коммуникация становится ярким воплощением постмодерна, где «Я» субъекта приобретает множественную природу, поскольку интернет-пространство требует от человека постоянных переключений на различные социальные ситуации. «Я» как смыслообразующая структура характеризуется избыточностью образов. В виртуальной коммуникации субъект творчески преобразует свои представления о себе, свой жизненный опыт в яркий виртуальный образ [2, с. 14–15]. Интернет позволяет субъекту реализовать максимальное количество возможностей для самоконструирования. В силу наличия широкого спектра возможностей субъект испытывает состояние, близкое к неопределенности и социальной дезориентации, которые в какой-то степени стимулируют процесс самопознания.

В виртуальной коммуникации всегда открытым остается вопрос насколько виртуальный образ совпадает с реальной личностью и где проходят границы между самопрезентацией и симуляцией. Виртуальная личность может не соотноситься с реальным человеком, однако чаще всего является отражением изменений структуры идентичности человека.

«Я» человека преобразуется под воздействием социальных изменений. Виртуальная личность позволяет более явно проследить эту трансформацию [128]. Ш. Теркл отмечает, что идея трансформация «Я» индивида не нова. Человек

обладает множеством «Я» и это является свидетельством его психологического здоровья. В работе «Life on the screen: Identity in the age of Internet» (Жизнь на экране: идентичность в век Интернета) исследователь пишет, что не так давно стабильность воспринималась как социально ценный и культурно поощряемый феномен. Человек отличался согласованными и последовательными формами поведения, выполнял ригидные социальные роли, которые соответствовали относительно стабильным условиям его жизни. Теперь социальные условия поменялись, удержание стабильности уже не является определением психологического здоровья человека. В настоящее время оно описывается скорее в терминах текучести. Среда диктует свои правила, более значимым для современного человека является способность меняться и приспосабливаться: к новой работе, новому направлению карьеры, новым половым ролям, новым технологиям [139]. Теория множественности «Я» соотносится с идеей «текучести» и возможностью выбора способов действия и самовыражения в интернете [128]. Виртуальная коммуникация оказалась максимально созвучной цифровому поколению именно идеей проявления множества идентичностей.

У цифрового поколения сформировался новый канон человека, отрицающий социальную фиксированность представлений о себе. Не существует подлинного «Я», момент обретения настоящей идентичности есть отказ от новых изменений, что равносильно смерти. В интернет-пространстве актуализируются постмодернистские формулы: «ты и твое Эго – две большие разницы», «симулируй сам себя», «ты

особь своего личного пола», благодаря им проблема «Я» получает новое звучание.

В построении образа «Я» представители цифрового поколения стремятся выйти за пределы обыденности, поэтому многие их действия в интернет-пространстве проявляются в игровой форме. Любая игра предполагает свободу самовыражения, однако она регламентируется правилами, которые добровольно принимаются. Виртуальная коммуникация имеет игровой характер, поскольку проявляется в быстрой смене социальных ролей и виртуальных образов. В этой игре цифровое поколение больше всего ценит проявление социальной гибкости, преодоление стереотипов и идеологических ограничений, умение быстро ориентироваться в постоянно изменяющемся культурном контексте [43, с. 149]. Благодаря присутствию элементов игры в виртуальной коммуникации размываются границы между праздником и повседневностью. Это находит отражение в таком признаке виртуальной коммуникации, как карнавализация. Данный термин отражает специфику не только виртуальной коммуникации, но и современного общества в целом. Все значимые социальные сферы приобретают черты зрелищности, театральности, праздничности, иногда даже маргинальности. Как пишет У. Эко, одной из новых характеристик общества, в котором мы живем, является стопроцентная карнавализация жизни, люди тонут в тотальной карнавализации [116, с. 141]. В процессе виртуальной коммуникации карнавализация проявляется в уходе от формальной подачи информации в сторону неформальной, все участники превращаются в полноправных

«актеров», которые, разыгрывая роли, дурачатся, используя юмор и особый язык, привычный для пользователей, относящихся к тому или иному социальному сообществу.

Таким образом, цифровизация оказывает влияние на эмоционально-волевую, поведенческую и коммуникативную сферы личности представителей цифрового поколения. Социализация современной молодежи во многом осуществлялась в виртуальной реальности, поэтому ее представители испытывают некоторые трудности в налаживании и поддержании социальных контактов за пределами интернета.

Цифровая молодежь выбирает опосредованные формы общения, с помощью которых довольно сложно достигнуть эмоциональной близости и глубоких отношений. Виртуальная коммуникация не дает возможности получать богатый сенсорный опыт, который необходим человеку не только для формирования картины мира, но и для понимания других людей. Отсутствие сенсорного контакта с собеседником вызывает сложности в передаче мыслей, чувств, эмоций, затрудняет выражение личного отношения. Без эмоциональной включенности в общение весьма проблематично выстраивать крепкие и надежные отношения.

Е.В. Филиндаш выделяет негативные стороны виртуального общения, считая, что оно не дает ощущение близкого контакта, глубины, искренности, заинтересованности. В такой коммуникации используются маски, заранее задается модель речевого, этикетного и тематического общения. Виртуальная коммуникация имеет игровой характер квази-

псевдообщения, углубляет чувство вакуума, оторванности от реального социума [100, с. 245].

Цифровое поколение часто воспринимает интернет-пространство как сцену, на которой можно выразить свою индивидуальность. Виртуальный мир позволяет человеку конструировать близкий к идеалу образ, поэтому при создании образа «Я» в цифровом пространстве молодежь стремится подчеркнуть идеальные характеристики личности. Однако при этом человек перестает оценивать себя и свои поступки адекватно. Размываются представления человека о самом себе.

Виртуальная коммуникация позволяет использовать неограниченный спектр возможностей для самовыражения, самоопределения. Однако в цифровой среде человек чаще всего применяет готовый набор шаблонов для самопрезентации, что приводит к риску утраты индивидуальности и связи с самим собой. Личность редуцируется к оцифрованной единице, которая ограничена социокультурным наследием, воплощенном в артефактах социального пространства, свобода самовыражения становится иллюзорной.

## **Выводы по первой главе**

В основу нашего исследования легла теория поколений В. Штрауса и Н. Хоува, согласно которой отдельное поколение представляет собой группу людей, рождённых в определённый период времени. Каждое поколение обладает отличительными чертами и своей системой ценностей, которые формируются в результате семейного воспитания и под влиянием общественных событий.

Поколение беби-бумеров оптимистично и верит в светлое будущее. У данного поколения высокий уровень социальной ответственности, для них характерен коллективизм и командный дух. Бумеры высоко ценят общественные ценности, стабильность во всех сферах жизнедеятельности.

Отличительной чертой представителей поколения X является социальная и политическая отчужденность. Представители этого поколения обладают самостоятельностью и самодостаточностью, поскольку привыкли рассчитывать только на собственные силы. У поколения X ярко выражены семейные ценности.

Поколение Y характеризуется глубокой вовлеченностью в использование цифровых технологий. Они менее самостоятельны, стремятся оттянуть наступление взрослой жизни из-за страха ответственности. В профессиональной сфере амбициозны и трудоспособны при условии, что работа доставляет удовольствие. Значимыми ценностями данного поколения

являются свобода, выражение своей индивидуальности, саморазвитие и получение удовольствия от доступных благ.

Представители зумеров еще более активно используют разнообразные гаджеты, интересуются наукой и технологиями. Как и представители поколения Y предпочитают «оттягивать» взросление. Они позднее начинают работать, интересуются не столько карьерным ростом, сколько доходом. В профессиональной деятельности предпочитают не строить долгосрочных планов, обладают высокой мобильностью. Данное поколение ценит комфорт, материальное благосостояние, свободу и проявление индивидуальности, обладает толерантностью к гендерным, религиозным, этническим различиям, интересуется социальными и экологическими проблемами.

Поколения игреков и зумеров принято объединять в цифровое поколение, поскольку они активно используют цифровые технологии в своей повседневной жизни, и это их объединяет. У представителей цифрового поколения использование сети интернет занимает значительную часть жизни, оно формирует их образ жизни и представления о будущем.

Цифровое поколение мобильно и очень восприимчиво к новым реалиям, следит за происходящим в мире через виртуальное пространство. При этом оно испытывает затруднения при живом общении, по-другому воспринимает информацию, обрабатывает и запоминает ее. У него преобладает визуальное восприятие информации, клиповость и не-



критичность мышления. Оно испытывает сложности в прочтении и понимании больших по объёму текстов.

Цифровое поколение живет в условиях многозадачности, поэтому обладает быстрым мышлением и рассеянным вниманием. Легкий доступ к информации снижает способность цифрового поколения ее запоминать. Предпочтение виртуального общения живому приводит к сужению сенсорного опыта и лишает возможности воспринимать невербальные сигналы в общении, что негативно воздействует на эмоционально-волевую сферу личности, подавляет эмоции и чувства.

Информационная среда приводит к созданию у цифрового поколения представления, что виртуальность является продолжением реальности. Цифровая молодежь большое значение придает виртуальной жизни, цифровая среда становится площадкой для проявления индивидуальности и самореализации личности.

## **ГЛАВА 2. ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВАЯ СФЕРА ЛИЧНОСТИ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ**

### **2.1. ПРОБЛЕМА СМЫСЛА ЖИЗНИ В ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОЙ ФИЛОСОФИИ И ПСИХОЛОГИИ**

Вопрос о смысле жизни является одной из ключевых экзистенциальных проблем философии. Под смыслом жизни чаще всего понимают предназначение человека, главную цель или высшую ценность человеческого существования [101]. Отечественные психологи рассматривают смысл жизни как часть структуры личности или как психическое образование. Согласно С.Л. Рубинштейну, смысл жизни является особой смысловой структурой личности, которая вместе с ценностями, мотивами определяет жизненные отношения человека, возникающие в ответ на явления и события действительности [86]. Представитель системно-деятельностного подхода А.Н. Леонтьев определяет смысл как смысловое образование личности и связывает его с мотивационной сферой. Смысл жизни передает основную причину жизни человека, т.е. ее мотив-цель.

В концепции Д.А. Леонтьева смысл жизни рассматривается в феноменологическом аспекте. Смысл – переживание интенциональной направленности собственной жизни [55].

При этом сознание человека может направлять свои интенции в прошлое, настоящее и будущее, поэтому источники смысла жизни можно обнаружить в будущем – в виде определенной цели, в настоящем – в виде полноты и богатства жизни, в прошлом – в виде удовлетворения результатами прожитой жизни [14, с. 414]. В работах В.Э. Чудновского смысл жизни трактуется как психическое образование, которое представляет собой иерархию целей жизни и деятельности. Данная целевая иерархия становится для человека жизненной ценностью высокого порядка [110].

Иерархия смыслов представляет собой соотношение большого (главного) и малых смыслов. Большой смысл – это своеобразное ядро, которое конкретизируется, воплощается в жизненных ситуациях. Он позволяет создать свою «индивидуальную траекторию». Этот смысл может охватывать все основное «жизненное пространство» личности. Малые смыслы ограничиваются «малыми дистанциями», они могут представлять собой бесчисленное количество «коротких перебежек», мало связанных между собой, разрозненных и во многом случайных, из которых суммируется жизненный маршрут. Малые смыслы могут составлять элементы большого смысла [110].

Поиск смысла жизни имеет психолого-терапевтическое значение, поскольку он помогает человеку пережить трудности и преодолеть тяжелые испытания. Как писал Ф. Ницше: «Тот, кто имеет зачем жить, может вынести любое как» [75]. Смысл всегда обращен в будущее, он дает человеку надежду и активизирует его духовные силы, раскрывает перспективу

дальнейшего развития. Неслучайно в экзистенциальной психологии даже возникло направление логотерапия, которое направлено на помощь человеку в поиске смысла жизни. Основоположником логотерапии считается В.Э. Франкл. Он определяет поиск смысла как основную движущую силу человеческой жизни, которая его направляет.

Смысл жизни не только задает вектор для будущего, он также имеет связь с прошлым. Он может придавать значение пережитому опыту, когда человек рассматривает свое прошлое с позиций ценностей и идеалов. Совпадение пережитого опыта с идеальными представлениями о правильной жизни наполняет человека положительными эмоциями и дает силы для борьбы с неприятностями в будущем.

Смысл жизни тесно связан с процессом самоотрансцендирования. Благодаря ему человек преодолевает внутренние ограничения и устремляется в мир, то есть смысл жизни позволяет почувствовать связь с бытием и стать активным участником собственной жизни.

В поиске и осуществлении смысла В.Э. Франкл видит неотъемлемую черту 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 [103, с. 284].

Вопрос о смысле жизни относится к философским вопросам, которые не имеют однозначного решения. Смысл каждого человека уникален и специфичен потому, что он может быть осуществлен только им самим, когда он достиг-

нет понимания, что может удовлетворить его потребность в смысле [102, с. 118–119]. Однако в философской и психологической литературе можно встретить описание разных способов решения проблемы смысла жизни, которые выбирают для себя люди.

Значимое место проблема смысла жизни занимает в философии экзистенциализма. Предтечей экзистенциальной философии считается датский философ С. Кьеркегор, который впервые раскрывает понятие «экзистенция». Экзистенция – это непосредственный личный опыт переживания человеком своего существования [46, с. 244]. Описывая существование человека, философ акцентирует внимание на его абсолютной трагичности. Экзистенция человека проходит через три стадии духовного развития и становления: эстетическую, этическую и религиозную. Пройдя через которые человек достигает личного спасения, в котором Кьеркегор видит высший смысл всех человеческих исканий.

На эстетической стадии человек живет исключительно чувственными удовольствиями, для него не существует вопроса о смысле собственного существования. По мысли С. Кьеркегора, такой человек является жертвой чувственности, поскольку он не осознает свою духовность, не видит за внешними событиями и явлениями их глубины [51, с. 379].

На этической стадии существования человек выбирает себя как нравственное существо, он имеет представление о добре и зле, добровольно подчиняется нравственному закону. На этой стадии «личность будет видеть свою жизненную задачу в самой себе и сознательно возьмет на себя вечную

ответственность за ее выполнение» [51, с. 380]. Человек будет стремиться отождествить свое случайное непосредственное «Я» с общечеловеческим.

На религиозной стадии человек уже не подчиняется всеобщему закону, он вступает в прямое общение с Богом, с подлинным Абсолютом. Через веру человек приходит к Богу, открывает духовное измерение своего бытия. По мысли Кьеркегора, только в духовном мире человек может найти то, чего нет в мире объективном – предельный смысл жизни [46, с. 248]. В обретении этого смысла проявляется высшая свобода, как пишет философ: «помни, что высшая свобода состоит в том, чтобы выбрать себя и Бога, для которого все возможно» [51, с. 384].

Идея Кьеркегора, что человек раскрывает свою экзистенцию через свободный выбор себя как нравственного и духовного существа впоследствии находят отражение в учениях других философов-экзистенциалистов.

В экзистенциализме Ж.-П. Сартра, М. Хайдеггера, К. Ясперса смысл жизни раскрывается через категории свободы и ответственности человека за собственное бытие. Философы-экзистенциалисты исходят из того, что «существование предшествует сущности», то есть человек сначала существует, появляется в мире и только потом определяется со своей сущностью. Самоопределение человека представляет собой череду решений, связанных с выбором смыслозначимых ориентиров.

Французский философ Ж.-П. Сартр утверждает, что смысл нельзя соотносить со всем существованием человека,

он возникает, когда определенный индивид попадает в конкретную ситуацию. Данная ситуации интерпретируется им в контексте собственного бытия и возможных перспектив для его деятельности. За пределами конкретной ситуации невозможно обнаружить смысл, поскольку, по мысли философа, нет Абсолюта, который определял бы для человека предназначение [87, с. 334].

Согласно Сартру, человек является незавершенным и открытым существом, он не поддается определению, поскольку первоначально ничего собой не представляет. Человеком он становится лишь впоследствии, причем таким человеком, каким он сделает себя сам» [87, с. 323]. Философ определяет человеческое бытие как проект, который направлен в будущее. Этот проект отражает не путь к свободе, скорее он является выражением самой свободы. Как пишет философ: «человек осужден быть свободным», он «с необходимостью должен выбирать, он не может не выбирать» [87, с. 323]. Осуществляя свои свободные выборы, человек создает образ самого себя и отвечает за реализацию своего проекта бытия. Поскольку человек свободен, его вечным уделом является трансцендирование – постоянный выход за свои пределы, он претерпевает изменения, приобретает новые состояния и качества.

Таким образом, философия Ж.-П. Сартра отрицает веру в наличие высшего смысла в самом мироздании. Человек осознает свою свободу от него, эта она переживается как «ничто». Принятие отсутствия универсальных ценностей и

идеалов дает возможность выбора того, кем человек будет в будущем [17, с. 44].

В концепции А. Камю вопрос о смысле жизни преобразуется в вопрос о том «стоит ли жизнь того, чтобы ее прожить». Этот вопрос философ рассматривает как самый неотложный и фундаментальный вопрос философии [37, с. 12]. В работе «Миф о Сизифе» Камю вводит понятия абсурда. Философ рассматривает абсурд как противостояние между рациональным и иррациональным принципами. Человек посредством разума способен придавать смысл своему опыту и создавать порядок в своем «жизненном мире». Однако ошибкой разума является то, что он пытается переносить смыслы, правила и нормы своей повседневности на весь строй Вселенной. Поскольку в мире нет порядка и смысла, возникает столкновение между иррациональностью мира и испуганным желанием человека ясности, порядка и смысла. А. Камю определяет человеческое существование как абсурдное, поскольку присутствует конфронтация между желанием разума отыскать в мире смысл, и безмолвной холодностью, бессмысленностью мироздания [37, с. 32].

Осознание столкновения между иррациональностью мира и желанием ясности, порядка и смысла может привести человека к двум решениям: «прыжок веры» или принятие абсурдности. Первое решение – «прыжок веры», по мысли Камю, является нелогичным способом, поскольку в нем отрицается, что мироздание абсурдно и бессмысленно. Люди, которые выбрали этот путь, обращаясь к религиозной доктрине, примиряются со своим абсурдным существованием.



Автор описывает «прыжок веры» как отступление от свободы человека. Камю отвергает данное решение, называя его сделкой: «Я знаю о возможности сделки: можно жить в своё время и верить в вечное. Это называется «принимать». Но я питаю отвращение к сделкам, я требую: всё или ничего» [37, с. 155].

Второе решение заключается в принятии своего собственного абсурдного существования. Камю считает, что свобода человека и его возможность придать жизни смысл лежит в принятии абсурдности. Человеку необходимо «вписаться» в эту абсурдную жизнь и примириться с тем, что во Вселенной нет установленного порядка, заложенного высшего смысла. Осознав это, человек приобретает настоящую свободу. Он живет «не уповая» на предзаданность смысла, у него появляется возможность создавать свои собственные смыслы, за которые можно бороться. Однако автор подчеркивает, что человеку необходимо сохранять дистанцию между этим изобретённым смыслом и знанием об абсурде, чтобы выдуманный смысл не превратился в догму и не занял место абсурда. Таким образом, А. Камю приходит к неожиданным выводам: жизнь бессмысленна и абсурдна и это служит главным поводом для того, чтобы ее прожить. Пусть мир лишен руководящего принципа, но человек сам может создать основание для собственной жизни [37, с. 204–207].

Проблема смысла жизни поднимается в работе М. Хайдеггера «Бытие и время». Философ считает, что понять смысл жизни – это означает прояснить Dasein. Под Dasein («здесь-бытие», «присутствие») философ понимает

человеческое бытие. Dasein существует актуально, как экзистующее или наличное существование [49, с. 182]. Человек может выбирать из двух способов бытия: пребывать в состоянии подлинного бытия (существовать «собственным» способом) или находиться в состоянии неподлинного бытия (существовать «несобственным» способом – Das Man). Перед Dasein в каждой конкретной жизненной ситуации есть выбор быть ли ему честным перед собой или нет [24]. Подлинное бытие является высшим смыслом, прежде чем Dasein перейдет к такому способу бытия, оно пребывает в состоянии неподлинном. Das Man – это первоначальное условие повседневного существования человека. Оно является обратной стороной медали подлинности бытия в мире, и подлинность должна быть извлечена из неподлинности с помощью ежедневного труда [24].

Das Man представляет собой анонимное и безличное существование. Данный способ бытия характерен для человека, который не стремится быть самим собой и не реализует возможности существования. Он озабочен настоящим, его озабоченность превращает жизнь в «болтливые хлопоты» и прозябание повседневности. Человек старается удержаться в настоящем и избежать размышления о смерти. Характерная особенность неподлинного бытия – это объективированное отношение к себе и другим людям. Каждый воспринимается как субъект среднего рода, который можно функционально заменить другим. Индивидуальность человека нивелируется [24]. Таким образом, состояние неподлинности – это усредненное, банальное, повседневное существование человека.

Находясь в этом состоянии, человек мыслит о себе как о вещи и относится к себе как к части материального мира. Неподробность бытия проявляется в бессознательном стремлении нивелировать свой специфический способ проживания бытия, стать таким же как другие, бездумно и безоговорочно принять общественные установки [107, с. 259].

В состоянии *Das Man* человек растворяется в повседневности, отчуждается от себя, теряет контакт с собой и бытием [24]. В отличие от *Das Man* подлинное бытие является аутентичным существованием. Человек осознает себя в мире, стремится выразить свою индивидуальность в чувствах, мыслях и поступках. М. Хайдеггер отмечает, что подлинное существование *Dasein* – это открытое и сознательное принятие своей смерти как последней возможности. Только в бытии к смерти «выявляется, что существую именно я, а не кто-то другой», это служит стимулом для проявления своей аутентичности. В повседневном существовании человек не думает о смерти. Она не является для него личным фактом существования. Конечность существования воспринимается им как смерть других. Осознавая смерть как возможность своего бытия, человек перемещается из сферы *Man* в область подлинной экзистенции. Смерть для М. Хайдеггера – экстремальная точка поворота к бытию через осознание неполноты собственной жизни. Осознавая свою конечность, человек становится нацелен на будущее. Человеческое бытие открывается в своей уникальности и незавершенности как свободно проектирующее себя.

Восстановить состояние подлинного бытия человек может благодаря тревоге и зову совести. Испытывая тревогу, человек «просыпается» перед лицом нереализованных возможностей собственного бытия. Зов совести напоминает о необходимости быть собой [24]. Согласно М. Хайдеггеру, совесть «говорит в тревожном модусе молчания. И этим способом лишь потому, что зов зовет призываемого не в публичные толки людей, но от них назад к умолчанию экзистирующего умения быть» [106, с. 129].

Таким образом, в философии М. Хайдеггера смысл жизни определяется как переход человека к подлинному существованию, которое наполнено возможностями для выражения индивидуальности субъекта. Философ не дает содержательного описания подлинного бытия, для него быть подлинным значит быть собой. Однако не понятно, что означает фраза «быть собой». Сущность человека не является статичным образованием, она и не задается в одночасье, поэтому весьма проблематично определить соответствует ли ей человеческое бытие. Поиск подлинности вызывает затруднения, но это не умаляет его важности, сохраняет надежду, хотя бы на полшага приблизиться к постижению своей экзистенции.

Близкое понимание смысла жизни можно обнаружить у другого немецкого мыслителя К. Ясперса. В своих работах философ занимается «детальной проработкой вопроса о переходе человека от “существования в мире” к “подлинному существованию”, к экзистенции» [78, с. 91]. Он видит смысл жизни в постижении себя как экзистенции.

Экзистенция – уникальное существование человека, не определяемое ничем внешним. В ней обнаруживается подлинная сущность человека и его историчность. Прояснить экзистенцию означает стать собой в конкретной исторической уникальности [120, с. 110–111].

Познание экзистенции становится возможным в пограничных ситуациях. Они представляют собой ситуации провала, которых человек при честном рассмотрении избежать не может. Эти ситуации переживаются как крушение привычных основ существования, в результате которого человек вынужден искать новые ценностные опоры для своего бытия. Пограничные ситуации выступают некими условиями освобождения человека от сдерживающих условностей, норм и правил, которые мешают человеку осознать свое экзистенциальное предназначение.

Пограничные ситуации возникают перед лицом смерти, вины, тяжёлых жизненных испытаний, сильных стрессов. Человек мобилизует все свои физические и духовные силы, все свои внутренние резервы. Часто такие ситуации приводят к прозрению, катарсису, поднимают личность на более высокий уровень духовного развития.

Благодаря пограничным ситуациям человек выходит из подчинения предметному миру и начинает переживать подлинное существование. Человек приходит к более глубокому уровню постижения экзистенции «через радикальное потрясение его существования» [120, с. 21–22]. Пограничная ситуация нередко становится тем рубежом, перейдя который че-

человек может полностью измениться, пересмотреть свои ценности и смыслы, отношения с окружающим миром.

Таким образом, у представителей экзистенциализма бытие человека направлено на обретение подлинности, которая проявляется в возможности быть собой. Индикатором подлинности существования может выступать чувство вины или муки совести, которые появляются, когда человек не воплотил свои возможности. Испытывая чувство вины, человек может ощутить свою ничтожность, так как он не может заполнить пустоту существования. Единственное, что может сделать человек, так это встретиться лицом к лицу с собственным сущностным ничтожеством и включиться в борьбу за подлинность. Довольно сложно содержательно определить подлинность или подлинное бытие в силу его принципиально индивидуального характера. Быть подлинным – это означает быть самим собой, а значит универсального идеала подлинности не существует. Подлинное существование достигается через выход из состояния подавленности обществом, через свободный выбор ценностных основ своей экзистенции, осознание и принятие личной ответственности за результаты поступков.

М. Хайдеггер отмечает, что наиболее благоприятным состоянием для поиска подлинности является одиночество, освобождающее от негативного влияния Другого, который может уводить от самости пустыми разговорами. Другой может присутствовать в двух модусах: в непосредственном общении и в горизонте традиции [107, с. 336]. Но только обезличенное существование Другого, который непосредственно

присутствует в жизни человека, может помешать поиску самого себя. Другой, находящийся в модусе традиций, обладает оригинальным существованием, пронизанным творческим духом, поэтому он может послужить стимулом для духовного преображения человека через раскрытие его потенций. Здесь идет речь идёт не о полном и тотальном одиночестве, а об одиночестве вместе с Платоном, Паскалем, Шопенгауэром и т.д. Человек изолирован от Другого в горизонте общения, но он открыт Другому в горизонте традиции [50, с. 202–203].

К. Ясперс для обретения подлинного бытия предлагает обращаться к экзистенциальной коммуникации. Экзистенциальная коммуникация исключает отношения, которые обезличивают человека. К. Ясперс рассматривает ее как необходимое условие становления человека, а его желание уклониться от подлинной коммуникации расценивает как отказ от самобытия. То есть, избегая коммуникации, человек, предает вместе с другим и самого себя [120, с. 27]. Поскольку экзистенциальная коммуникация направлена на осознание своего бытия, то ее результат, прежде всего, зависит от него самого, а не от воли случая и расположения других людей. Если человек оценивает коммуникацию как волю случая, то она превращается в объективный процесс, который может затронуть или не затронуть его как ход наружных событий. Встреча с другим человеком никогда не является пассивным процессом. Она требует подготовки, особого расположения. Пробуждение истока подлинной коммуникации возможно только в том случае, если человек освободится от объективно-

фиксированных идеалов. Вступая в коммуникацию, человек не должен предполагать конечного результата, определяемого рамками его мировоззрения. Подобная установка демонстрирует солипсическую замкнутость сознания, невозможность выйти за границы собственных представлений, как пишет Ясперс: «только внутреннему напряжению широкого кругозора в возможности абсолютной серьезности бывает дарован друг». Экзистенциальной коммуникации препятствует ожидание соответствия другого идеализированному образу, само желание человека, чтобы вступающий в коммуникацию другой был подобен богу и святому, исключает любую коммуникацию [120, с. 27–28].

В диалоге личность должна чувствовать свободу самоопределения, которая выражается в том, что она может выбирать разные варианты развития мыслей, открытое проявление своих чувств. Диалог не должен быть детерминирован волей одного из собеседников. Плодотворный диалог первоначально не содержит в себе законченных смыслов, к которым подводится один из коммуникаторов. Если это происходит, то это говорит об объективации личности собеседника. Участник диалога превращается в мертвый обезличенный объект чужой манипуляции. Подобные ситуации остро чувствуются людьми в процессе общения, поскольку мировоззренческие установки и внутренние переживания личности обесцениваются, сводят к определенным формулам. Нельзя овладеть внутренним миром человека, делая его объектом безучастного и нейтрального анализа. Внутренний мир открывается только путем диалогического общения [11]. Фор-



мальное общение способствует отчуждению, сводит на нет общение душ.

Впоследствии идеи философов-экзистенциалистов становятся теоретической основой экзистенциальной психологии, главной проблематикой которой является вопрос о смысле жизни. Основными представителями экзистенциальной психологии являются В.Э. Франкл, А. Лэнгле, Дж. Бьюдженталь, И. Ялом, Р. Мэй.

В.Э. Франкл является основоположником логотерапии. Логотерапия – теория и практика психотерапии, которая исходит из того, что основной движущей силой в поведении личности и ее развитии является стремление человека к поиску и реализации смысла своей жизни [48].

В логотерапии В.Э. Франкл рассматривает поиск смысла жизни как внутреннее базовое стремление, характерное для человеческой природы. Смыслы не могут быть универсальными, они уникальны для каждого человека и меняются в зависимости от жизненных ситуаций. Отсутствие смысла жизни или невозможность его реализовать порождает у человека состояние экзистенциального вакуума и фрустрации. Экзистенциальный вакуум представляет собой психологическое состояние человека, при котором человек страдает от ощущения внутренней пустоты, бессмысленности и тщетности жизни [74]. Это состояние характеризуется неспособностью найти или создать смысл жизни и приводит человека к безнадежности, отчуждению и ощущению ненужности. Экзистенциальный вакуум может сопровождаться апатией, скукой, вялостью и ленью, потерей интереса к жизни. Экзистен-

циальный вакуум становится причиной ноогенных неврозов, которые в отличие от обычных неврозов коренятся не в психической, а в духовной сфере существования. Ноогенные неврозы возникают из-за противоречий между различными ценностями, между образом реального-«Я» и представлениями о том, каким человек хотел бы стать. Они вызывают у индивида внутреннее напряжение, которое необходимо для пробуждения его дремлющей воли к смыслу и его поиску и служат необходимым условием для поддержания психического здоровья. Экзистенциальный вакуум в некоторых случаях может приводить к психозам, депрессиям, алкоголизму и попыткам суицида [102, с. 118–119].

Практика логотерапии направлена на помощь в обретении утраченного смысла жизни. Основным принципом данной практики является осознание человеком того, что в жизни не существует ситуаций, которые были бы лишены смысла. Смысл жизни не может быть субъективным, поскольку человек не изобретает его в своем сознании, а находит во внешнем мире. В этом положении Франкл не соглашается с позицией Ж.-П. Сартра, который считает, что смысл может быть изобретен. Логотерапевт отмечает, что смысл может быть найден как гештальтное обнаружение возможности на фоне действительности. Каждая ситуация, с которой человек сталкивается, представляет собой вызов, она ставит перед человеком задачу, которую он должен для себя решить. Одним словом, жизнь задает человеку вопрос о смысле, человек должен ответить на него и взять ответственность

за свои поступки, которые он будет совершать, руководствуясь открывшимся смыслом [103, с. 308].

По мысли Франкла, истинный смысл жизни необходимо искать во внешнем мире, его поиски представляют собой процесс самотрансцендирования, когда человек выходит за пределы самого себя, видит себя и свою жизненную ситуацию со стороны. Феномен самотрансценденции показывает, что быть человеком – значит находиться в отношении к чему-то или кому-то. Способность к самотрансценденции говорит о том, что человек открыт для мира.

В своей основе бытие человека самотрансцендентно, ориентировано вовне на то, что не является самим индивидом: на смысл, который нельзя изобрести и который нужно найти в служении людям, делу, Богу. В.Э. Франкл отмечает, что чем больше человек забывает себя, отдавая себя служению важному делу или любви к другому человеческому существу, тем более он человечен и тем более он реализует себя [103, с. 60]. Подлинный смысл жизни не может быть достигнут посредством самоактуализации, поскольку она не может являться самоцелью. Выступая в качестве самоцели, самоактуализация находится в противоречии с самотрансцендентностью бытия. Франкл цитирует Карла Ясперса, сказавшего: «Человек становится тем, что он есть, благодаря делу, которое он делает своим» [120]. Чрезмерная озабоченность самоактуализацией может проистекать из фрустрации стремления к смыслу – подлинной цели существования [94, с. 223]. Самоактуализация сопровождает процесс обретения смысла, человек сможет актуализировать себя лишь в той

мере, в какой будет посвящать себя осуществлению жизненной цели.

Логотерапевт выделяет несколько способов обретения смысла. Первый способ – путь достижений и свершений. Человек находит смысл в творчестве, работе или совершении подвига. Человек дарит миру результат своего труда, через который он утверждает ценности творчества.

Второй способ поиска смысла жизни заключается в эмоциональных переживаниях. Человек берет от жизни то, что переживается им как высшая ценность. Это может быть обретение смысла через познание и переживание доброты, истины и красоты, природы и культуры или познание другого человеческого существа в его уникальности через любовь.

Третий способ поиск смысла осуществляется через выбор отношения к своей судьбе. Франкл отмечает, что человек может обрести смысл жизни даже тогда, когда он оказывается во власти неизменных обстоятельств. Не имея возможности изменить жизненную ситуацию, человек меняется сам, проявляя те качества, на которые способен только человек. Он может «превратить личную трагедию в триумф, превратить приговор судьбы в подвиг» [103, с. 299–300]. Таким образом, даже когда человек ограничен внешней необходимостью, он может проявлять свою свободу, поскольку обладает двумя фундаментальными психологическими характеристиками – способностью к самотрансценденции и самоотстранению, которые необходимы для актуализации личности. Самотрансценденция позволяет выйти за собственные пределы и посвятить себя служению

смыслу, который находится за пределами «Я» и не сводится к удовлетворению витальных потребностей, стремлению к удовольствию, власти, самоутверждению. Самодистанцирование предполагает возвышение духовной личности над потребностями тела, эмоциями и влечениями. Личность всегда может дистанцироваться от неприятных ощущений, тяжелых переживаний, она может преодолеть свои аффекты, получить контроль над собой. Когда эти две духовные способности (самотрансценденция, самодистанцирование) осуществлены для реализации экзистенции, то человеку остается найти во внешнем мире смысл и воплотить его [103, с. 58–60].

Продолжает развивать идеи В.Э. Франкла основоположник персонального экзистенциального анализа А. Лэнгле. Аналитик соглашается с В.Э. Франклом, что смысл следует рассматривать с позиции отношения к жизненным ситуациям, с которыми сталкивается человек. Смысл раскрывается тогда, когда человек имеет контакт с жизнью, согласно которому «человек душой и телом посвящает себя тому, что является для него важным» [60, 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 [60, с. 109]. Благодаря смыслу отдельные фрагменты жизни могут быть объединены общей смысловой взаимосвязью, возникает новое отношение к ситуации, делу и человеку.

Хотя Лэнгле соглашается с Франклом, что человек ищет смысл во внешнем мире, но он не признает его идею об объективном, «онтологическом» понятии смысла. Согласно Франклу, смысл надо найти как то, что потенциально присутствует в какой-то вещи или ситуации и ждет своего осуществления или признания. Лэнгле считает, что Франкл, связывая поиск смысла с самотрансценденцией, упускает из виду субъективное переживание «внутреннего резонанса» человека с теми ценностями, которые несет в себе жизненная ситуация [10, с. 116]. Таким образом, «экзистенциальный» смысл возникает исключительно из того, что личность проживает как имеющее смысл. Это проживание смысла имеет исключительно эмоциональную природу: «Все, что является смыслом, полностью овладевает нами, мы чувствуем и ощущаем его до того, как он становится для нас осознанным» [129].

В модели личности В.Э. Франкл выделяет три измерения: соматическое, которое опирается на принцип физического здоровья; психическое, в основе которого лежит принцип удовольствия; ноэтическое, направленное на поиск смысла. Франкл считает, что истинно человеческое существование возможно только в ноэтическом измерении [77, с. 69]. При этом возникает чувство некой разнородности между психическим и ноэтическим измерением. Данная раздвоенность преодолевается Лэнгле. Ноэтическое измерение находится в гармонии с психическим и телесным, поскольку человек, с одной стороны, воспринимает и осмысляет явления внешнего мира и свои собственные решения, с другой – про-

являет себя в этом мире через эмоции, чувства, поступки. Происходит диалог между внутренним и внешним миром: восприятие впечатления и первичная эмоция, затем обработка его содержания и соотнесение с имеющейся системой ценностей, и ответ. В процессе диалога личность соотносится с реальностью, где и должна осуществиться экзистенция [61, с. 367].

С понятием «смысл жизни» связан термин «экзистенциальная исполненность». Под экзистенциальной исполненностью понимается качество жизни в субъективном мироощущении. Экзистенциальная исполненность является интегральным показателем удовлетворенности жизнью и субъективного благополучия. Она показывает, насколько человек осмысленно живет и насколько принимает свое существование в данный момент времени. Экзистенциальная исполненность определяется соответствием решений и действий человека его внутренней сущности, отсутствием разрыва между тем, как живет человек, и тем, как он полагает, как следует жить [82]. Экзистенциальные психологи описывают исполненность «как степень приближения к экзистенции – подлинной, глубокой, наполненной смыслом и ценностями жизни» [58].

Согласно Лэнгле, степень экзистенциальной исполненности личности раскрывается с помощью четырех фундаментальных мотиваций. Первая фундаментальная мотивация направлена на выживание и принятие фактических условий существования. Человек пытается разобраться с основаниями своего бытия через поиск ответов на вопросы: «Могу ли я

быть в этом мире?». Достаточно ли в моей жизни пространства? Существует ли у меня защита? Есть ли у меня опора? Пространство, защита и опора представляют собой три необходимых предпосылки пребывания человека в этом мире. Если у человека есть защита в лице других людей, которые его поддерживают, и ощущение внешней, внутренней опоры, то ему легче выстраивать доверительные отношения с миром, принимать свое бытие и преодолевать испытания [93, с. 537]. Экзистенциальная исполненность в рамках этой мотивации проявляется как глубокое чувство согласия с наличными условиями существования.

Вторая фундаментальная мотивация – мотивация к переживанию ценностей, которые личность берет в качестве духовных ориентиров бытия. В рамках данной мотивации человек отвечает на экзистенциальный вопрос: «Нравится ли мне моя жизнь?». Задача личности – стремиться к эмоциональной полноте, которая достигается тогда, когда человек проживает свои эмоции и чувства, осознает свои потребности и желания, стремиться к тому, что доставляет ему радость. А. Лэнгле отмечает, что чувства позволяют переживать «движения жизни», опираясь на них, человек осознает ценность того, что имеет место быть в жизни человека [60, с. 41–48].

Согласно А. Лэнгле, большое значение на этом уровне мотивации имеют три предпосылки бытия: соотнесенность, время, близость, которые определяют отношение человека к собственной жизни. Соотнесенность рассматривается как взаимодействие с другими людьми, близость – как формирование теплых, доверительных отношений, в основе которых



лежит любовь, дружба и забота, время раскрывается как необходимое условие построения устойчивых отношений. Если у человека в жизни было мало доброжелательных отношений, то у него может быть подорвана решимость вступать в контакт с другими людьми и с миром в целом. Жизнь будет переживаться им как пустая и холодная, такое отношение к собственному существованию может приводить к депрессии [59]. Если человек не находит для отношений времени, то его чувства не успевают развиваться и оформляться. Из-за потери глубины чувств человек воспринимает себя и свою жизнь поверхностно, связь человека с реальностью и с самим собой ослабляется.

Лэнгле отмечает, что для достижения состояния исполненности экзистенции человеку необходимо решиться вступить в отношения, найти для этого время и выйти на уровень близости. Данные установки позволят человеку открыться глубине собственных чувств, эмоционально проживать события жизни и осознавать их ценность для личного опыта [62, с. 54].

Третья фундаментальная мотивация – стремление к персональной аутентичности, которое возникает тогда, когда человек осознает свое право быть собой. Вопрос, который задает себе человек на этом уровне мотивации, звучит следующим образом: «Имею ли я право быть собой?». Ответ зависит от осознания ценности своей личности [57, с. 44].

При сформированной персональной идентичности человек понимает ценность своей личности, доверяет собственным оценкам, умеет принимать аутентичные решения и

строить открытый диалог с другими людьми. Он уважительно относится к себе и другим людям, живет в согласии с собой и со своими чувствами.

Формированию персональной идентичности мешают события, нарушающие безопасности личности. У человека формируется защитное поведение, которое препятствует построению диалога с другими людьми и с самим собой. Без доверительных отношений с другими людьми человек теряет ощущение ценности своей личности и чувство собственной идентичности [93, с. 537].

Четвертая фундаментальная мотивация – это стремление расти и развиваться для будущего. На этом уровне деятельность человека направлена на обретение экзистенциального смысла. Человек отвечает на вопросы: В чем смысл моей жизни? Что мне следует делать? А. Лэнгле для определения экзистенциального смысла вводит уравнение, включающее в себя две переменные: «возможности конкретной ситуации и особенности человека, находящегося в этой ситуации» [64, с. 12]. В любой ситуации заключены разные возможности, их необходимо сравнивать между собой для принятия наиболее правильного решения. Решение принимается субъектом исходя из понимания условий жизненной ситуации и ценности выбранной возможности для личного опыта.

Достижение четвертого условия исполненной экзистенции невозможно без включенности человека в разнообразную деятельность. Выполняя различные роли в процессе жизнедеятельности, человек приходит к более целостному

виденью мира. Это создает условия для осознанного определения ценностных ориентиров и смыслов, которые будут заложены в основу взаимодействия с реальностью. Благодаря обнаружению смысла человек переживает чувство экзистенциальной исполненности, испытывает глубокое удовлетворение от собственной жизни [47, с. 54].

Таким образом, данные мотивации необходимы для плодотворной жизни человека. При их реализации духовная составляющая человека взаимодействует с психофизической, поэтому осуществление экзистенции понимается А. Лэнгле как проживание личностного начала [93, с. 537–538]. Раскрытие личности происходит через эмоциональную включенность в события жизни. Обращение к собственным чувствам помогает человеку оценить обнаруженные возможности жизни и проранжировать их в зависимости от того, насколько они созвучны идеалам и ценностям личности. Человек прислушивается к самому себе и выбирает одну из возможностей, которая имеет для него личностный смысл. Затем человек использует возможность для творческого преобразования своего существования [38, с. 29–30].

Таким образом, смысл жизни постигается не только посредством разума, но с помощью эмоций и чувств, которые помогают человеку полнее прожить и понять свое бытие. Дж. Бьюдженталь считает, что осознание своего бытия является главной задачей, которая ставится перед человеком [21, с. 19]. Внутреннее осознание существования предполагает ответ на вопрос, что значит быть живым, быть самим собой. Быть собой – это проявлять «субъективность», под которой

понимается «внутренняя, особая, интимная реальность, в которой человек живет максимально подлинно». Субъективность – «естественное состояние» человека [21, с. 22]. Каждый человек обладает способностью осознавать свою субъективность. Данную способность Дж. Бьюдженталь называет «шестым чувством» и «чувством нашего бытия» [22, с. 23].

Осознание субъективности происходит через открытое принятие и искреннее переживание человеком своих феноменологических состояний: телесных ощущений, эмоций, чувств, желаний, потока мыслей и т.д. Внутреннее осознание активизируется в момент полной сосредоточенности внимания на том потоке, которым является бытие человека в текущий момент. Искреннее и полное существование в настоящем моменте Бьюдженталь называет «присутствие». Находясь в этом состоянии, человек участвует в жизни настолько полно, насколько способен [23, с. 188].

Обретение субъективности является ключевым смыслом жизни. Бьюдженталь называет ее берегом, «от которого нужно строить мост отношений к другим и к миру» [21, с. 22]. Важно расширить и углубить субъективность человека, для этого человек должен научиться слышать внутренний голос, что в конечном счёте ведёт к взрослению и зрелому, более аутентичному, способу жизни. Переживая свою субъективность, он начинает ощущать себя более свободным и имеющим выбор там, где раньше была только необходимость.

В концепции Д. Бьюдженталья основным источником экзистенциальных проблем является постоянное напряжение между полюсами автономии и судьбы личности. Судьба – это

биологические и социальные факторы, оказывающие влияние на внутренний мир личности. Автономия личности осуществляется за счет интенциональности. Под интенциональностью понимается «способность обладать стремлениями и намерениями, а также осуществлять их или отказываться от них» [23, с. 186]. Посредством нее личность опосредует жизненные выборы смыслами, которые защищают активность субъекта от влияния судьбы. Выбор личности должен соотноситься с внутренним смыслом, только в этом случае он имеет значение для ее духовного развития [23].

В концепции И. Ялома проблема смысла жизни также занимает ключевое место. Психотерапевт считает, что человек как конечное существо нуждается в смысле жизни, ему необходимы устойчивые идеалы, исходя из которых личность будет определять направления своей жизни. Однако согласно экзистенциализму никаких устойчивых смыслов не может существовать. Человек заброшен в мир, в котором нет предзаданного смысла, для того чтобы заполнить эту пустоту, он должен придумать себе смысл жизни и поверить в него, чтобы продолжать жить. В этом заключается суть основной проблемы смысла жизни. Человек, нуждающийся в смысле, находит смысл во Вселенной, в которой нет смысла [119, с. 473].

И. Ялом выделяет два уровня смысла жизни человека: «космический смысл» и «земной смысл». Космический смысл – это некий замысел, находящийся вне или выше личности и предполагающий магическое или духовное упорядочивание всей вселенной. Космический смысл закладывается

духовной субстанцией. Если человек обладает ощущением космического смысла, то его смысл жизни заключается в гармонизации с ним. Например, он найти собственное место в этом грандиозном замысле [119, с. 474].

И. Ялом приводит пример космического смысла в рамках иудео-христианской религиозной традиции. Согласно ей человеческая жизнь является частью божественно предопределенного плана, поэтому смысл в жизни отдельного человека – понять и исполнить Божью волю [119, с. 474].

И. Ялом отмечает, что космический смысл, в котором каждый человек играет свою особую роль, удобен для человека, поскольку он дает ему не только цель, но и набор инструкций о том, как следует прожить жизнь.

Земной смысл – личный смысл, включающий в себя цель, которую человеку необходимо выполнить. Каждый человек должен совершить путешествие к самому себе и найти собственный смысл жизни самостоятельно. Анализируя духовную работу людей в этом направлении, Ялом приводит несколько секулярных способов, дающих человеку ощущение жизненной цели или смысла, которые не являются взаимоисключающими [119, с. 482–489].

Первый способ обретения смысла – это альтруизм. Суть альтруизма заключается в бескорыстном побуждении человека совершать поступки, которые приносят благо другим людям. Альтруизм как смысл жизни позволяет сделать мир лучше через служение другим людям.

Второй способ – преданность делу. Человек находит смысл, когда создает нечто большее, чем он сам, посредст-

вом своего труда. Мотив совершаемого дела поднимает личность над самой собой и включает ее в сотрудничество внутри более широкого контекста. Преданность делу может содержать альтруистический компонент, когда человек находит смысл в содействии другим людям [119, с. 485–486].

Третий способ – творчество, которое проявляется в создании чего-то, отмеченного новизной или красотой и гармонией, дает ощущение смысла жизни. В творчестве человек может проявлять альтруизм, стремясь открыть красоту и создать продукт творчества для удовольствия других людей.

Четвертый способ обретения смысла заключается в выборе гедонистической позиции по отношению к своей жизни. Человек, который выбрал гедонизм как решение проблемы смысла жизни, ставит перед собой цель жить полно, погрузиться в естественный ритм жизни и искать удовольствия. И. Ялом отмечает, что гедонистическая схема обладает эластичностью, поскольку она может включать в себя любую другую смысловую схему. Так творчество, преданность делу, любовь, альтруизм могут стать частью гедонистического стиля жизни, поскольку они тоже могут доставлять удовольствие [119, с. 487–488].

Четвертый способ – это самоактуализация. Под самоактуализацией понимают стремление человека к наиболее полному выявлению и развитию своих личностных возможностей [31]. Многие психологи считают, что с помощью самоактуализации человеку можно полностью реализовать себя, проявить свои таланты и способности, что и будет являться смыслом жизни.

Гедонизм и самоактуализация отличаются от альтуризма, преданности делу и творчества в одном важном аспекте. Гедонизм и самоактуализация выражают заботу о собственном «я». Другие способы нахождения смысла выводят человека за пределы самого себя, к чему-то или кому-то вовне или «выше» него самого [119, с. 491]. И. Ялом обращает внимание на важность перехода от нетрансцендентных жизненных целей к трансцендентным. Поиск смысла жизни человек начинается с самого себя. Однако человек не может оставаться полностью поглощенным собой, наоборот, он должен забыть себя и погрузиться в мир. Самоактуализация должна смениться самотрансценденцией, таланты и способности личности раскрываются в конкретных действиях и поступках, которые осуществляются не ради самого человека, а ради блага других людей. В самотрансценденции человек реализует «потребность быть личностью», что выражается в стремлении «...продолжить себя в других, обрести вторую жизнь в других людях» [48].

Таким образом, понятие смысл жизни находится в центре ценностно-смысловой сферы личности. Смысл оказывает большое влияние на жизнь человека, поскольку направляет его деятельность на осуществление значимых целей, открывает перспективу его дальнейшего развития. Люди могут находить смысл жизни разными способами, они могут верить в присутствие в мире высшего космического замысла или создавать свои личные смыслы через творчество, работу, построение отношений, получение удовольствий от жизни, служение людям и т.д. Ключевым моментом поиска смысла



жизни является открывающаяся перед человеком возможность выйти за границы самого себя, вступить в контакт с чем-то большим, чем его личность, раствориться в деятельности, в другом человеке или высшей силе. В поиске смысла жизни доминирующая направленность на раскрытие потенциала человека имеет большие риски стать проявлением эгоизма. Человеческое бытие должно быть обращено на самоотверженное служение какому-то делу или посвящено любви к другим людям.

В современных исследованиях часто утверждается мысль, что для молодежи выход к подлинным внешним смыслам (в терминологии Франкла) не представляет ценности, поскольку она зациклена на себе. Данная идея нуждается в подтверждении или опровержении, поэтому в следующем параграфе попробуем рассмотреть, как раскрывает проблему смысла жизни и смысложизненных ориентиров цифровая молодежь, какое соотношение самоактуализации и самотрансценденции для нее характерно.

## **2.2. Анализ смысложизненных ориентиров цифрового поколения**

Глобальная перестройка социальных, интеллектуальных и практических аспектов жизнедеятельности человека оказывает существенное влияние на преобразование системы ценностей современного общества. Важную роль в этом

процессе играют цифровые технологии, которые заполняют все пространство жизни прогрессивной молодежи, оказывая воздействие на их мировоззрение и образ жизни. Жизнь в интернете и социальных сетях накладывает большой отпечаток на всю систему ценностей молодого поколения и формирует новое ценностно-мировоззренческое ядро [29, с. 84–85]. На данный момент времени можно наблюдать как происходит становление новых ценностей, которые до конца не закрепились в общественном сознании и поведении молодых людей. В связи с этим приобретает актуальность исследование смысложизненных ориентиров представителей цифрового поколения и их представлений о смысле жизни.

В исследовании в качестве представителей цифрового поколения участвовали студенты первого курса Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета: всего 100 человек, 17–20 лет.

Выбор студентов первого курса был обусловлен возрастными особенностями респондентов. Первокурсники находятся еще в юношеском возрасте, для которого проблема поиска смысла жизни приобретает наибольшую актуальность, поскольку студенты испытывают потребность в личном самоопределении.

В основе выбора респондентов также лежал критерий медиа- и компьютерной грамотности. Участвующие в опросе студенты являются активными пользователями социальных сетей, которые проводят там не менее трех часов в день, и владеют компьютером на уровне уверенных и продвинутых пользователей.

Исследование состояло из двух этапов. Целью первого этапа было выявление представлений о смысле жизни и способов решения проблемы смысла жизни цифровым поколением. Цель второго этапа заключалась в определении ценностей, которые закладывают представители цифрового поколения в основу смысложизненных ориентиров. В качестве эмпирических методик использовалась анкета «О смысле жизни» В.Э. Чудновского и шкала ценностей М. Рокича.

Рассмотрим результаты исследования проблемы смысла жизни по методике В.Э. Чудновского. Первый вопрос анкеты «О смысле жизни» заключался в определении студентами понятия «смысл жизни». Перед респондентами ставился вопрос: Что такое смысл жизни? Понятие «смысл жизни» большинство студентов (72%) определили как «основную цель существования». Некоторые студенты (18%) связали смысл жизни с предназначением. Причем данное понятие трактовалось студентами по-разному: как жизненная задача, которую человек может решить лучше всего, и как одно из проявлений судьбы. Во втором случае ставился акцент на чувстве долга, предназначение раскрывалось как предначертанная роль, которую обязан осуществить человек. Часть респондентов (10%) определили смысл жизни как «то, что не существует на самом деле».

По полученным данным, видно, что большая часть опрошенных соотносит понятие смысл жизни с существованием человека. Однако есть студенты, которые считают смысл жизни абстрактной мыслительной конструкцией, не имеющей отношения к реальности.

Второй вопрос анкеты был посвящен значению смысла жизни. У студентов спрашивали: Какое значение имеет наличие смысла жизни для каждого человека? 85% опрошенных посчитали, что наличие смысла жизни имеет большое значение для существования человека, 8% отметили, что смысл жизни не важен для человека, поскольку его не существует на самом деле. 2% респондентов заняли необычную позицию, определив веру в существование смысла жизни как результат заблуждения. Однако посчитали, что наличие смысла жизни, хоть и является иллюзией, представляет ценность для человека, поскольку вера в смысл помогает не падать духом.

Все ответы студентов, которые утверждали, что смысл жизни имеет большое значение, можно подразделить на четыре группы по содержанию:

- 1) смысл жизни служит мотивацией;
- 2) смысл жизни является ориентиром;
- 3) смысл жизни способствует развитию личности человека;
- 4) смысл жизни положительно влияет на эмоциональную сферу личности;
- 5) смысл жизни придает ценность существованию.

Ниже в таблице 1 представлены примеры ответов студентов на второй вопрос анкеты. По предложенным ответам видно, что большинство студентов понимают актуальность поиска смысла жизни и имеют потребность в самоопределении.

На третий вопрос о том, всегда ли наличие смысла положительно сказывается на судьбе, 44% студентов дали ут-

вердительный ответ, 46% ответили, что «не всегда», 10% ответили, что не нашли свой смысл жизни, часть из них усомнилась в его существовании.

Таблица 1

**Значение наличия смысла жизни для человека**

Значение наличия смысла жизни	Примеры ответов студентов
<b>1</b>	<b>2</b>
Смысл жизни служит мотивацией	<p>Смысл жизни – это мотивация для жизнедеятельности человека.</p> <p>Смысл жизни играет большую роль, поскольку он заставляет человека развиваться и преобразовывать свою жизнь.</p> <p>Смысл жизни является внутренним двигателем человека. Он вдохновляет на достижение поставленных целей.</p> <p>Смысл заставляет жить, двигаться вперед, не опускать руки.</p> <p>Благодаря смыслу человек продолжает свое существование.</p> <p>Со смыслом человек может большего достигнуть в своей жизни, чем без него</p>
Смысл жизни является ориентиром	<p>Смысл жизни имеет большое значение, так как он определяет наше настоящее и будущее.</p> <p>Смысл жизни может играть большую роль в жизни человека, так как он помогает определить траекторию жизни</p>
Смысл жизни способствует развитию личности человека	<p>Имея смысл жизни, человек становится лучше, поскольку он стремится к намеченным целям, развивает в себе необходимые для этого качества.</p>

	<p>Смысл жизни влияет на волевые качества человека. Благодаря постановке цели жизни, человек становится более целеустремленным.</p> <p>Смысл жизни имеет большое значение. Без него человек теряет свой человеческий облик. Ведь человек – мыслящее существо, которое способно думать о будущем. Он не может вести животное существование, просто удовлетворяя</p>
--	--

Окончание табл. 1

1	2
	<p>свои витальные потребности. Человеку нужен смысл, чтобы оставаться существом духовным.</p> <p>Без смысла человек теряет себя, не развивает свои способности, не реализует свои таланты</p>
Смысл жизни положительно влияет на эмоциональную сферу личности	<p>Без смысла жизни трудно существовать, поскольку смысл основа любви к жизни. Если смысла не будет, то человеку не захочется продолжать жить.</p> <p>Без смысла жизнь теряет свои краски, становится серой и скучной.</p> <p>Если человек имеет смысл жизни, то ему становится интересней жить, он реже впадает в состояние скуки и апатии.</p> <p>Смысл жизни – это залог душевного здоровья, так как он дает надежду и сохраняет веру в будущее.</p> <p>Значение смысла жизни заключается в том, что благодаря ему человек находит гармонию между миром внутренним и внешним.</p> <p>Смысл жизни утешает и подбадривает</p>
Смысл жизни придает ценность существованию	<p>Смысл жизни необходим, поскольку он придает жизни человека ценность. Если смысла жизни нет, то человек будет недоволен собой и неудовлетворен своим существованием.</p> <p>Благодаря смыслу жизни человек чувствует себя нужным, значимым для себя и общества.</p> <p>В качестве смысла жизни человек выбирает то, что помогает ему почувствовать ценность</p>

	своей личности. Смысл всегда связан с другими людьми. Принося пользу людям, человек чувствует, что он живет не зря и этим он счастлив.
--	--

Студенты, которые ответили утвердительно на поставленный вопрос, обосновывали свои ответы случаями из жизни людей, которым смысл жизни позволил выжить несмотря на тяжелые испытания.

Студенты, которые ответили, что не всегда смысл жизни положительно сказывается на судьбе, объясняли это разными причинами. В качестве причин были отмечены следующие: недостижимые и неверные цели; заикленность на выбранном смысле, приводящая к потере более ценного и важного в жизни; искаженное представление о смысле жизни, разрушающем жизнь человека или жизнь других людей. Была высказана мысль, что опасность представляет смысл жизни, основанный на социокультурных стереотипах. Студенты отметили, что такой смысл не соответствует подлинным стремлениям человека и уводит его от реальности.

Четвертый вопрос заключался в определении соотношения смысла и бессмыслицы в жизни человека. 53% студентов ответили, что в жизни «больше смысла», поскольку человек является разумным существом, многие события жизни он объясняет или наполняет своим смыслом. Прозвучал ответ, что «смысла больше, поскольку человек самостоятельно определяет траекторию жизни, ставя перед собой цели.

37% студентов заняли среднюю позицию, утверждая, что в равной степени представлены в жизни смысл и бессмыслица. Студенты подчеркнули, что в жизни человека че-

редуются периоды бессмыслицы и осмысленного существования. Столкновение с плохими событиями приводит к ощущению пустой жизни. Однако, если человека найдет в себе силы пережить негативный опыт, то он отыщет для себя новые смыслы.

10% респондентов ответили, что в жизни больше бессмыслицы. Некоторые из них отметили, что бессмыслицы больше, поскольку человек – иррациональное существо, многие поступки он совершает не обдуманно, поддаваясь влиянию своих чувств. Прозвучал ответ, что бессмыслицы больше, так как человек совершает большое количество глупых и бесполезных поступков.

Часть студентов связали бессмыслицу жизни с конечностью человеческого существования. Их взгляды оказались близки к идеям философов-экзистенциалистов, которые раскрывали взаимосвязь смерти и смысла жизни. У некоторых людей осознание неминуемой смерти порождает сомнение в наличии смысла жизни, поскольку смерть может обесценить жизнь, превратив плоды человеческих усилий в ничто. Однако возможно и обратное, когда мысли о смерти обостряют чувство жизни, побуждают человека к действиям и осознанному и подлинному существованию.

На пятый вопрос «Изменяется ли смысл жизни с возрастом?» почти все студенты ответили утвердительно (95%). На шестой вопрос «Произошли ли у вас изменения в понимании смысла жизни в последние годы?» 95% студентов ответили также утвердительно, связывая пересмотр смысла жизни с приобретением новых знаний и сменой интересов. Не-



которые студенты (5%) признались, что с возрастом пришли к пониманию, что смысла жизни не существует. 5% студентов отметили, что за последнее время у них не изменилось представление о том, что жизнь не имеет смысла.

На седьмой вопрос о том, что в большей степени влияет на становление смысла жизни, 38% испытуемых признали влияние собственного жизненного опыта, 37% – примера родителей, 16% – чтения литературы, 8% – общения со сверстниками, 1% – общения с педагогами. Характерно, что общение с педагогами – 1% не играет значимой роли в становлении смысла жизни, так как современная молодежь ставит под сомнение авторитет педагогов.

Студенты, которые отметили, что на становление смысла жизни влияет литература, привели следующие примеры книг, помогающих найти смысл жизни: Я. Чеботарев «Адаптация к взрослой жизни», Филип Дик «Мечтают ли андроиды об электроовцах», Э. Берджесс «Заводной апельсин», О. Уайльд «Портрет Дориана Грея», М. Петросян «Дом, в котором...», У.К. Голдинг «Повелитель мух», Э. Фромм «Искусство любить», Г. Мало «Без семьи», Дж. Грин «Виноваты звезды», М. Булгаков «Мастер и Маргарита», М. Митчелл «Унесенные ветром», П. Коэльо «Алхимик», А. де Сент-Экзюпери «Маленький принц», Р. Бах «Чайка по имени Джонатан Ливингстон», Д. Киз «Цветы для Элджернона», Дж. Сэлинджер «Над пропастью во ржи», И.А. Бунин «Господин из Сан-Франциско», Л.В. Соловьев «Повесть о Ходже Насреддине», И.А. Гончаров «Обломов» и др.

Отвечая на восьмой вопрос об учебных предметах, влияющих на формирование смысла жизни, студенты назвали философию (39%), литературу (34%), психологию (24%), педагогику (2%), историю (1%).

Последний вопрос анкеты заключался в формулировке своего персонального смысла жизни. Свой личностный смысл 30% студентов видят в получении удовольствий и ярких впечатлений от жизни, 28% – в достижении счастья в личной жизни (создание семьи, любовь, дружба), 14% – в самореализации (карьера, творчество), 15% – в свободе и сохранении своей индивидуальности, 2% – в служении людям (оказании помощи), 1% – в спасении души. Однако выявлены также 10% студентов, которые не видят смысла в своей жизни.

Таким образом, наибольшее количество опрошенных студентов обнаруживает смысл жизни в получении удовольствий. Преобладание гедонистических стремления цифровой молодежи в какой-то степени обусловлено влиянием общества потребления и массовой культуры. Молодежь стремится к комфортной жизни, наполненной удовольствиями. Потребность в получении удовольствий является естественным стремлением человека, но она может приобретать гипертрофированные формы, перерастать в зависимость от потребления материальных ценностей.

Следует обратить внимание на то, что сами студенты дают широкую трактовку понятию «удовольствие». К удовольствиям они относят приятные переживания, связанные с развлечениями, приобретением материальных благ и услуг,

удовлетворение биологических и духовных потребностей. Причем некоторые студенты отметили, что удовлетворение духовных потребностей посредством проявления творческой активности позволяет более ярко и полно проживать бытие.

Второй по популярности ответ – смысл жизни заключается «в достижении счастья в личной жизни». Популярность этого ответа обусловлена возрастными особенностями респондентов. Студенты находятся в юношеском возрасте, важной характеристикой которого является стремление к построению интимно-личностных отношений с духовно близким человеком. Значимым предметом осмысления для этого возраста является переживание любви (дружбы), которые находят свое отражение в проекте собственного будущего – построении счастливой личной жизни.

Третье место занимает ответ, что смысл жизни заключается в свободе и сохранении индивидуальности. Распространенность этого ответа также можно связать с особенностями юношеского возраста, для которого характерно переживание кризиса идентичности. Кризис идентичности переживается как конфликт между сложившейся к данному моменту конфигурацией элементов идентичности с соответствующим ей способом «вписывания» себя в окружающий мир и изменившейся биологической или социальной нишей существования индивида [117, с. 25]. Адаптация к изменениям является сложным процессом, поскольку личности приходится переструктурировать элементы своей идентичности. Человек испытывает внутреннее сопротивление, которое прояв-

ляется в стремлении выразить свою свободу, отстаивать свою индивидуальность и самобытность.

Четвертое место по популярности занимает определение смысла жизни как самореализации. Распространённость этого ответа можно объяснить переходом студентов к относительно самостоятельной жизни, осознанием необходимости в построении жизненных планов на будущее. В юношеском возрасте становится актуальной проблема самореализации в профессиональной деятельности, студенты задумываются о построении своей карьеры.

Большое внимание следует уделить студентам (10%), которые не видят смысла в своей жизни. А. Лэнгле описывает отсутствие смысла жизни как переживание потери значимости существования, которая приводит к блокированию экзистенции. Экзистенция определяется им как наполненная смыслом, свободно и ответственно воплощаемая жизнь [63]. Отсутствие смысла жизни может привести к экзистенциальному кризису, который поражает структуры внутреннего мира личности и ее жизнедеятельность. Однако само осознание отсутствия смысла жизни и сомнение в его существовании является решающим шагом к его поиску. Как пишет И. Ялом, ощущение бессмысленности – это один из фундаментальных вызовов жизни, на который человек должен дать ответ. Само переживание бессмысленности говорит о возможности человека вступать в контакт с реальностью и с самим собой [119]. Человек начинает наблюдать за собой, пытается установить соответствие между собственным сознанием и бытием. Если ему не удастся соотнести

себя с жизнью, то он возвращается к своему ценностно-смысловому ядру для того, чтобы его изменить.

Человек, который осознает бессмысленность, находится в эмоциональном резонансе с актуальной для него жизненной ситуацией. Мобилизация переживаний бессмысленности связана с тем, что «затрагивает» человека, – опорой в мире, ценностью жизни, поиском собственного пути [58]. Посредством переживаний человек настраивает себя на преодоление некоторого «разрыва» жизни, он проводит восстановительную работу – создает новый смысл бытия [25, с. 47]. Он находит только ему присущие способы поведения, наилучшим образом отвечающие психологическому содержанию его потребностей, интересов, ценностей [40, с. 56]. Таким образом, в переживании бессмыслицы жизни можно обнаружить интенсивное взаимодействие человека с миром, которое в конечном итоге направлено на проживание и осмысление существования.

Следует отметить, что небольшой процент студентов определили смысл жизни в альтруистических категориях: приносить пользу людям. Это говорит о том, что для большинства студентов самотрансцендирование не актуально. Они направляют свои внутренние силы на проживание жизни, проявление себя в мире, на выражение своей индивидуальности. Смысл жизни находится в гедонистических решениях и самоактуализации. Студенты заняты заботой о собственном «Я» и это дает им ощущение полноты жизни. Однако, как отмечает А. Маслоу, полностью актуализированная личность не может быть слишком занята самовыражением [68, с.

134]. Она выходит за пределы себя, поскольку обладает прочным ощущением своего «я» и может заботиться не только о себе, но и о других людях.

С термином «смысл жизни» тесно связаны понятия «ценность» и «смыслжизненные ориентиры». В самом широком значении под ценностями понимают материальные или идеальные объекты, имеющие жизненно важное значение для субъекта [5]. Ценность есть нечто всепроникающее, определяющее смысл всего мира в целом, каждой личности, каждого события и поступка. В основе смысла жизни лежат те или иные ценности. Любое изменение, вносимое в мир человеком в ходе реализации своего смысла, имеет ценностную сторону.

Смыслжизненные ориентиры показывают внутреннюю направленность личности на реализацию значимых для нее ценностей. Они являются отражением в сознании человека ценностей, признаваемых им в качестве стратегических жизненных целей и общих мировоззренческих ориентиров. Они демонстрируют, в чем человек видит смысл своей жизни [48].

На втором этапе исследования были определены ценности, заложенные в основу смыслжизненных ориентиров представителей цифрового поколения. Применялась методика шкалы ценностей М. Рокича. М. Рокич одним из первых стал рассматривать ценности как систему руководящих принципов жизни человека. Предложенная Рокичем шкала ценностей направлена на изучение терминальных и инструментальных ценностей. Терминальные ценности – ценно-

сти-цели, отражающие приоритетность для личности определенных жизненных стремлений. Инструментальные ценности – это ценности, которые необходимы для достижения желаемой цели [83]. Перед студентами ставилась задача проранжировать два списка ценностей по степени жизненной важности. Самые значимые ценности имеют ранги 1–6, незначимые ценности – 13–18.

В результате исследования терминальных ценностей были выявлены следующие предпочитаемые ценности: здоровье, любовь, творчество, общественное признание, материально обеспеченная жизнь, получение удовольствий. В качестве ценностей наименьшего предпочтения студенты выбрали жизненную мудрость, красоту природы, искусство, познание, развитие, счастье других, продуктивную жизнь.

Таблица 2

### Ранжирование терминальных ценностей

Значимость ценностей	Ранг	Терминальная ценность
Предпочитаемые ценности	1	Здоровье
	2	Творчество
	3	Любовь
	4	Общественное признание
	5	Материально обеспеченная жизнь
	6	Удовольствия
Ценности наименьшего предпочтения	13	Продуктивная жизнь
	14	Счастье других
	15	Развитие
	16	Познание
	17	Красота природы и искусство

По полученным результатам выбора терминальных ценностей видно, что самой приоритетной ценностью для студентов является здоровье. Респонденты понимают, что здоровье является важным условием полноценной и счастливой жизни, поскольку от его состояния зависит социальная активность человека. Выбор испытуемых в качестве приоритетных ценностей творчества и общественного признания, говорит о важности самовыражения и самореализации. Студенты ориентированы на поиск одобрения и поддержки со стороны окружающих.

Следует отметить, что самореализацию студенты связывают именно с творческой деятельностью, ценность «интересная работа» не вошла в список приоритетных ценностей. Отсюда можно сделать вывод, что студенты пока не связывают процесс самореализации с профессиональной деятельностью или не имеют четких представлений о себе в профессии.

Немаловажное значение для студентов играют ценности личной жизни, среди которых студенты выделили любовь. Это можно объяснить тем, что формирование отношений, построенных на основе симпатии и любви, выступает в качестве одной из главных задач развития в юношеском возрасте.

В ряд значимых ценностей также вошли материально обеспеченная жизнь и получение удовольствий. Цифровая молодежь стремится к материальным ценностям, поскольку



в современном обществе социальный статус человека во многом определяется уровнем благосостояния. Материальные ценности превращаются в решающий критерий для оценки успешности самореализации личности. Кроме того, материальные блага функционально связаны с потребностями человека. Они позволяют удовлетворить не только физиологические потребности, но и потребности в защищенности, социальном признании и удовольствии. Выбор в качестве приоритетной ценности получение удовольствия показывает стремление молодежи к полноте и эмоциональной насыщенности существования, комфорту и высокому качеству жизни. Гипертрофированное стремление к удовольствиям может говорить об инфантильности и несформированных представлениях о будущем.

К негативным моментам распределения ценностей можно отнести то, что студенты поставили на 14 место социально значимую ценность – «Счастье других людей». Это свидетельствует о несформированности устойчивых социальных связей молодых людей. Их взаимодействие с людьми пока выстраивается по принципу преследования собственной выгоды. Отнесение к незначимым ценностям «Развитие», «Жизненная мудрость», «Познание», «Продуктивная жизнь» говорит о том, что вопрос о максимально полном использовании своих способностей и их совершенствовании пока не является для студентов актуальным. Скорее всего, это связано с тем, что первокурсники имеют неопределенные представления о своей дальнейшей профессиональной деятельности.

К предпочитаемым инструментальным ценностям студенты отнесли: жизнерадостность, образованность, независимость, эффективность в делах, ответственность и терпимость. Ценность «Жизнерадостность» студенты отнесли к первому рангу по уровню значимости. Респонденты видят в жизнерадостности ресурсный потенциал для достижения важных жизненных целей, считая, что от эмоционального настроения личности зависит успех любого дела. Молодежь рассматривает жизнерадостность, положительное отношение к миру и оптимизм как важные характеристики самоактуализирующейся личности, которая умеет видеть возможности для самореализации и положительные стороны в любом явлении действительности.

Важной ценностью для студентов является образованность, поскольку она помогает в карьерном росте, позволяет получать высокий материальный доход и повышать качество жизни. Выбор студентами в качестве значимых ценностей «Ответственность», «Независимость», «Смелость в отстаивании своего мнения» говорит об их стремлении к свободе, желании принимать самостоятельные решения и отстаивать свою жизненную позицию. Ценность «Эффективность в делах» также была определена как приоритетная, поскольку она в представлениях студентов связана с успешным выполнением любой деятельности, в том числе будущей профессиональной.

Таблица 3

### **Ранжирование терминальных ценностей**

<b>Значимость ценностей</b>	<b>Ранг</b>	<b>Инструментальные ценность</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
Предпочитаемые ценности	1	Жизнерадостность
	2	Образованность
	3	Независимость

Окончание табл. 3

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
	4	Эффективность в делах
	5	Ответственность
	6	Смелость в отстаивании своего мнения
Ценности наименьшего предпочтений	13	Честность
	14	Исполнительность
	15	Высокие запросы
	16	Рационализм
	17	Аккуратность
	18	Непримиримость к своим и чужим недостаткам

Среди отвергаемых ценностей студенты отметили следующие: «Непримиримость к своим и чужим недостаткам», «Аккуратность», «Рационализм», «Высокие запросы», «Исполнительность», «Честность».

Отвержение ценности «Непримиримость к своим недостаткам и других» может свидетельствовать о том, что студенты воспринимают данное качество как негативную черту характера. Студенты осознают важность умения принимать себя и окружающих людей.

Ценность красоты природы и искусства также оказалась в списке не заслуживающих особого внимания ценностей.

Невостребованность данной ценности связана с особенностями юношеского возраста. В качестве приоритетных для данной возрастной группы выступают инструментальные ценности, которые способствуют утверждению человека в мире социальных отношений. Красота природы и искусства – это созерцательная ценность, не требующая проявления внешней социальной активности.

Инструментальные ценности, такие как «Рационализм» и «Высокие запросы» также оказались в списке отвергаемых. Студенты не видят ценности рационального мышления в достижении поставленных целей. Это может говорить о несформированной профессиональной позиции.

Ценность «Высокие запросы» предполагает наличие высоких требований к жизни и высоких притязаний, данная ценность соотносится с профессиональной деятельностью. Ее отсутствие может плохо сказаться на формировании личности и профессиональном самоопределении. Невысокие запросы могут говорить о проблемах с мотивацией и самооценкой. Человек может считать себя недостойным заниматься определенной деятельностью.

К отвергаемым ценностям студенты отнесли «Исполнительность», «Аккуратность». В повседневной жизни данные качества требуют внутренней собранности и ответственности за свой внутренний мир. Поскольку данные ценности отрицаются, то должна ставиться под сомнение ценность ответственности. При этом «Ответственность» была отнесена студентами к приоритетным ценностям. Наличие этого противо-

речия говорит о том, что скорее всего студенты обладают расплывчатым представлением об ответственности.

Некоторое беспокойство вызывает низкий ранг инструментальной ценности «Честность». Данная ценность относится к стержневым нравственным ценностям, которые должны составлять основу для любой сферы деятельности. В современном мире нравственные ценности часто противопоставляются любви к комфорту, материальному богатству, эгоизму, стремлению к власти. Перед молодыми людьми встает проблема выбора между духовными ориентирами и материальными ценностями.

## **Выводы по второй главе**

Смысл жизни является одной из главных тем экзистенциальной философии и психологии. Смысл жизни раскрывается через категории свободы и ответственности человека за собственное бытие. Смысл обретается, когда осуществляется переход к подлинному существованию через реализацию своих возможностей и проявление индивидуальности. Экзистенциалисты связывают смысл с процессом самоактуализации и самотрансцендирования. Самоактуализация позволяет обнаружить свои способности и увидеть возможность для их проявления в бытии. Самотрансцендирование позволяет преодолеть внутренние ограничения, устремиться в мир, от-

давая себя служению важному делу или любви к другому человеку.

Анализ результатов опроса студентов по проблеме смысла жизни показывает, что большинство студентов определяют смысл жизни как основную цель существования или предназначение. Многие из них признают, что смысл жизни необходим человеку для продуктивного проживания своего существования, поскольку он служит мотивацией, ориентиром для деятельности, способствует развитию личности человека, придает ценность существованию и положительно влияет на эмоциональную сферу личности. Чуть больше половины студентов считают, что в жизни человека смысла больше, чем бессмыслицы. Смысл жизни меняется со временем, большое влияние на его становление и развитие оказывают собственный жизненный опыт и пример родителей. Большинство студентов видят смысл жизни в получении удовольствий и ярких впечатлений, достижении счастья в личной жизни и самореализации (карьера, творчество).

Исследование смысложизненных ориентиров студентов показало, что их основу составляют ценности здоровья, личной жизни (любовь), творчество, общественное признание, материальное благополучие, удовольствия. Преобладающие ценности находятся в пределах возрастной нормы, для юношества актуальны задачи поиска партнера, построения интимно-личностных отношений. При этом для студентов еще не стала актуальной ценность семейной жизни. Создание семьи молодежь пока не рассматривает в качестве личной цели на ближайшее будущее.

Здоровье, материальное благополучие, стремление к удовольствиям студенты воспринимают как важные составляющие качества жизни. Примечательно то, что студенты в своем выборе значимых ценностей ставят акцент на творческой деятельности, интересная работа не входит в список приоритетных ценностей. В результате беседы было выявлено, что многие студенты не связывают свои жизненные планы с той профессиональной деятельностью, по которой они получают образование. У многих присутствуют фаталистические установки в отношении отдаленного будущего. Они предпочитают жить «здесь и сейчас», так как не видят возможности использования своих внутренних ресурсов и пессимистично относятся к своей профессиональной самореализации.

Некоторые исследователи считают, что отсутствие долгосрочных планов, связанных с профессиональной деятельностью и личной жизнью, является признаком инфантилизма. Для цифрового поколения характерно медленное взросление, оно не готово брать ответственность за собственную жизнь, считая, что все проблемы должны решать родители, создавая для них комфортные условия и обеспечивая всем необходимым. Часть исследователей отмечают, что «цифровая молодежь» настроена на быстрый результат, отсюда происходит широко распространённая практика занятости на фриланс-основе, желание заработать быстро, гонка за популярностью и лайками в социальных сетях [111, с. 11–13]. Тактику продвижения своей деятельности в социальных сетях используют многие студенты, возможно, это станет основой

для создания собственной карьеры. Данное поколение имеет необходимые инструменты для воплощения своих амбиций в цифровой среде.

Современная молодежь придает большое значение удовольствиям. У нее преобладает стремление к приятному, необременительному времяпрепровождению, развлечениям. Можно предположить, что молодежь предпочтет в качестве профессиональной деятельности не ту, по которой они получают образование, а ту, которая непосредственно связана с их увлечениями, которая приносит им большее удовлетворение.

Смыслжизненные ориентиры цифровой молодежи развиваются под влиянием массовой культуры, которая транслирует свою систему ценностей. Ценности массовой культуры реализуются в ее артефактах (продуктах), выражающих представления о жизненном комфорте, социальной стабильности и личностном успехе [28, с. 40]. Молодежь стремится к комфортной и обеспеченной жизни, которая связана с потреблением большого количества товаров и услуг и получением удовольствий.

Материальный достаток и благополучие воспринимаются молодежью как важные составляющие социального успеха, что соответствует современным тенденциям, согласно которым стимулом к активности и мерилom человеческого счастья выступают материальные блага. Представители цифрового поколения росли вместе с цифровыми технологиями и интернетом, они привыкли к потребительскому, культурному и идеологическому разнообразию. Среди молодого по-



коления в социальных сетях и СМИ пропагандируются стратегии быстрого обогащения. Данные стратегии рассматриваются цифровой молодежью как альтернатива продуманному планомерному строительству своего будущего. При анализе результатов анкетирования была обнаружена интересная тенденция: современная молодежь стремится к высокому материальному достатку, но при этом у нее отсутствует желание иметь интересную работу. Это может быть связано с несформированностью профессиональной позиции, слабым осознанием связи между материальным благополучием и интересной работой, наличием инфантильных представлений о том, что другие будут заботиться о них.

В смысложизненных ориентирах «цифровой молодежи» можно обнаружить гедонистические мотивы. Они стремятся к получению удовольствий, положительных эмоций и ярких впечатлений. Опираясь на концепцию фундаментальных мотиваций А. Лэнгле, можно сказать, что у молодежи преобладает стремление к полноте эмоциональной жизни. Молодежь желает чувствовать свою включенность в существование и наслаждаться жизнью. Возможность получать удовольствия, делать то, что нравится является внутренним ресурсом для психики человека, поскольку повышает витальность и придает силы. Раскрытие данной фундаментальной мотивации способствует повышению жизненной энергии для осуществления ценностных установок, развития плодотворных отношений с собой и с другими людьми.

В смысложизненных ориентирах довольно большое значение имеют «статусные смыслы». «Цифровая молодежь»

стремится к общественному признанию, одобрению и внешнему подтверждению ценности личности. Ценится неповторимость личности, своеобразие взглядов и идей, разнообразие жизненных концепций и убеждений. Прослеживается тенденция ставить на первое место личное благо, а не общественное. В мировоззрении «цифровой молодежи» присутствует установка на индивидуализм, их жизненные устремления направлены на реализацию своих личных интересов и желаний, проявление свободы и независимости в убеждениях и поступках.

По проведенному анкетированию было выявлено, что значимыми ценностями для студентов являются творчество и общественное признание. Эти ценности лежат в основе таких смысложизненных ориентиров, как самовыражение, самоопределение и самореализация.

Самовыражение – это способность проявлять свою индивидуальность в какой-либо деятельности. Е.Л. Омельченко отмечает, что «цифровая молодежь» выражает себя в творчестве, которое направлено на эстетизацию и театрализацию повседневности [76, с. 9]. Для молодежи данного поколения характерен вестиментарный способ самовыражения. Данный код представляет собой систему знаков, выражаемых посредством предметов гардероба и сообщающих представителю того или иного сообщества некую информацию о человеке – носителе определенного вида одежды [97, с. 71]. Вестиментарный код как способ самовыражения молодежи транслируется в реальном мире и в цифровом пространстве. Е.Л. Омельченко отмечает, что в молодежной культуре про-

исходит «размывание монополии на символы и стиль одежды». Во внешних формах самопрезентации можно наблюдать «субкультурный беспредел, расширение буферных зон между андеграундом и попсой» [76, с. 12].

Самовыражение молодежи переместилось в интернет-пространство, что связано с бурным развитием цифровых технологий. В соотношении реального и виртуального локуса самовыражения преобладает последний. Молодежь выбирает виртуальный способ самовыражения, поскольку он технически и финансово доступен и позволяет сделать большой охват аудитории. Это видно на примере блогерства, которое является не только способом самопрезентации, но также и позволяет обеспечивать материальный достаток. Интернет создает неограниченные возможности для творческого проявления индивидуальности в самых разнообразных формах в социальных медиа. Цифровая молодежь создает посредством социальных сетей, персональных сайтов свой имидж, общим принципом которого является стремление показать себя с лучшей стороны, акцентировать внимание на лучших качествах, продемонстрировать наличие статуса и материальных благ.

Почти каждый студент является организатором сообщества в социальной сети, ведет свой блог, участвует в форумах, создает текстовый или видеоконтент. Ключевой техникой самовыражения является использование фотографий и ведение видеоблога. Цифровая среда становится площадкой для самопрезентации молодежи, которая уделяет немало времени на улучшение своих творческих навыков, будь то

работа с роликами или дизайн в фотошопе. Свобода самовыражения в виртуальном пространстве становится одной из наиболее значительных ценностей.

Стремление к самопрезентации в виртуальном пространстве отчасти является возрастным явлением, связанным с потребностью молодежи в самоопределении и самореализации, которые предполагают осознанное деятельное отношение человека к своей собственной жизни, которое необходимо для решения жизненных задач.

Спецификой самоопределения и самореализации современной молодежи является то, что применение цифровых технологий обеспечивает доступ к большому объему информации, дает возможность неограниченной коммуникации, что открывает более широкие возможности для самоопределения и реализации личности в разных сферах жизнедеятельности. Это формирует особое отношение «цифровой молодежи» к образованию и профессиональной деятельности.

Современная молодежь критически относится к получению образования в традиционной форме, объясняя это отсутствием практического применения знаний, полученных в учебных учреждениях. Многие из них занимаются самообразованием при помощи цифровых технологий, самостоятельно приобретают полезные практические навыки в интернете, например, многократно просматривая видеоролики или читая интересующие подкасты. Именно поэтому М. Пренски называет «цифровую молодежь» поколением «сделай сам», поскольку оно смотрит на образование и профессиональную

деятельность через призму этого принципа [131]. Это позволяет цифровому поколению быть менее зависимым от работодателей, поскольку оно может зарабатывать, работая в режиме он-лайн. При этом следует отметить, что «цифровая молодежь» испытывает затруднения в определении своего профессионального будущего в долгосрочной перспективе. Это связано с жизнью современного человека в условиях социальной, 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. Само отсутствие долгосрочного планирования в отношении карьеры и личной жизни (создания семьи) обусловлено адаптацией цифрового поколения к неопределенности современного мира [81, с. 288]. Эта неопределенность позволяет им быть более открытыми к новому опыту и легко менять ценностные ориентиры и переходить из одной сферы профессиональной деятельности в другую.

## ОБЩИЕ ВЫВОДЫ

Каждое поколение людей обладает своей системой ценностей, которая определяет их способ взаимодействия с миром и окружающими людьми. В первой главе исследования были изучены ценностные основы каждого поколения и их паттерны поведения. У поколения беби-бумеров преобладают профессиональные, семейные ценности, им свойственен коллективизм и командный дух. У поколения X основными ценностями является семья, самореализация в профессиональной сфере и индивидуализм. У поколения Y и зумеров главной ценностью является материальное благополучие, они стремятся к получению удовольствий и самореализации посредством применения цифровых технологий. Игреков и зумеров часто объединяют в одно цифровое поколение, которое сформировала информационная революция.

Цифровое поколение глубоко вовлечено в использование информационно-коммуникативных технологий, которые повлияли на сознание и все сферы жизнедеятельности молодого поколения. Цифровизация определила особенности развития когнитивной, поведенческой, эмоционально-волевой, коммуникативной, ценностной сфер личности цифрового поколения.

В первой главе исследования был проведен теоретический обзор научно-исследовательской литературы, который

показал, что у цифровой молодежи хорошо развита оперативная память, доминирует визуальный способ восприятия информации, затруднено восприятие объемного текста. Из-за быстроменяющихся условий информационной среды цифровое поколение имеет низкую концентрацию внимания. Представители цифровой молодежи вынуждены воспринимать информацию на высокой скорости, что приводит к поверхностному и некритичному мышлению. У цифровой молодежи преобладает клиповый стиль мышления, суть которого заключается в фрагментарном восприятии информации без установления логических связей между ее элементами. Клиповое мышление позволяет быстро воспринимать и обрабатывать информацию, но затрудняет построение целостной картины мира. Таким образом, особенностями когнитивной сферы цифрового поколения является быстрота обработки информации, а не ее запоминание, преобладание визуального восприятия над вербальным, нелинейное, фрагментарное усвоение информации, предпочтение эмоционально окрашенного контента.

Цифровая среда оказала влияние на поведенческие особенности цифрового поколения, которые определяют их способ взаимодействия с миром. У молодежи преобладает опосредованный контакт с действительностью. Постоянная включенность в виртуальность приводит к стиранию границы между цифровым и реальным миром. Благодаря цифровым технологиям человек выходит за пределы телесности, преодолевает пространственные и временные границы, получая возможность находиться в режиме текущих событий, проис-

ходящих в мире, свободно передвигаясь по информационным потокам.

Цифровые технологии приводят к глубоким изменениям отношения субъекта к повседневному миру, который становится для него менее динамичным и интересным, а виртуальность более привлекательной, разнообразной, поскольку позволяет рассеяться и отвлечься от скуки и тягот повседневности. Человек отчуждается от привычного окружения и активной жизнедеятельности. Он все больше вовлекается в события, которые не связаны с ним напрямую. Изменяется экзистенциальная матрица бытия человека. Происходит стирание границ между виртуальным и реальным мирами. Виртуальность воспринимается цифровым поколением как продолжение реальности, поэтому его бытие в мире можно определить как «гибридное бытие», которое представляет собой синтез виртуальной и повседневной жизни.

Цифровые технологии изменяют восприятие пространства, поскольку в виртуальности отсутствует жесткая привязка опыта к телесному присутствию. Трансформируется представление субъекта о «событийности». Стирается различие между реальными и медийными явлениями, их значимость становится равноценной. События встраиваются в информационный поток, где все контенты являются равными. Интернет-пространство становится еще одним домом для цифрового человека, находясь в котором субъект может воспринимать сетевые взаимодействия как самодостаточный вид бытия, поскольку они могут временно замещать реальные связи и отношения.



Использование цифровых технологий позволяет «цифровой молодежи» быть интерактивным поколением, быстро включаться в виртуальную жизнь других людей и социальных сообществ. Представители цифрового поколения сочетают в разных пропорциях он-лайн-коммуникацию с коммуникацией оф-лайн. При этом у них лучше развиты навыки он-лайн-общения. Большой ценностью для цифрового поколения является построение «горизонтального» (партнерского) типа отношений. Молодежь щепетильно относится к проблемам неравенства и несправедливости, негативно реагирует на попытки установления иерархии в общении.

Представители цифрового поколения часто испытывают трудности в налаживании и поддержании социальных контактов за пределами интернета. Это происходит по двум причинам. Первая причина – низкая концентрация внимания, которая не позволяет сосредоточиться на содержании коммуникации. Вторая причина заключается в том, что «цифровая молодежь» плохо разбирается в человеческих эмоциях и поведении, поскольку плохо читает невербальные сигналы. Жестикуляция и мимика важны в общении. Большое количество информации человек получает через невербальные подсказки. Умение правильно интерпретировать невербальные сигналы является необходимым условием эффективной коммуникации. Опосредованные формы общения затрудняют развитие навыка считывания невербальной информации, без которого сложно понять чувства, мысли и поступки другого человека и построить с ним плодотворную коммуникацию. Нехватка живого общения мо-

жет подавлять эмоциональную сферу, снижать уровень эмпатии и сопереживания цифрового поколения.

Во второй главе исследования был проведен теоретический анализ литературы, который позволил раскрыть экзистенциальные основания проблемы смысла жизни. Под смыслом жизни чаще всего понимают основную цель или высшую ценность человеческого существования. Поиск смысла жизни является фундаментальной потребностью человека. В определение смысла жизни каждый субъект вкладывает свое уникальное содержание, это прослеживается в разнице взглядов философов на проблему поиска смысла. С. Кьеркегор видит высший смысл в обнаружении связи с Богом, в открытии духовного измерения своего бытия. Ж.-П. Сартр смысл жизни определяет как реализацию своего жизненного проекта, который направлен в будущее. А. Камю находит смысл через принятие собственного абсурдного существования и через освобождение от заданных смыслов. В философии М. Хайдеггера, К. Ясперса, Дж. Бьюдженталя смысл жизни раскрывается через обретение подлинного бытия (экзистенции, субъективности), к которому можно приходить разными путями через одиночество, переживание опыта пограничных ситуаций, экзистенциальную коммуникацию. В.Э. Франкл выделяет три способа обретения смысла жизни через достижения и свершения, опыт переживаний высших ценностей, через выбор отношения к своей судьбе. А. Лэнгле описывает связь смысла жизни с состоянием экзистенциальной исполненности. Экзистенциальная исполненность осуществляется посредством четырех фундаментальных мотиваций.

Первая фундаментальная мотивация направлена на выживание и принятие фактических условий существования, вторая – на проживание ценностей, которые личность берет в качестве духовных ориентиров бытия, третья – стремление к персональной аутентичности, четвертая – обретение экзистенциального смысла. И. Ялом выделяет два направления поиска смысла – это поиск космического и земного смысла. Космический смысл определяется как согласование личных целей человека с замыслом духовной субстанции. Земной смысл – личный смысл человека, который он может выполнить через заботу о своем «Я» (гедонизм, самоактуализация) или самотрансценденцию (альтруизм, преданность какому-либо делу, творчество). Представленные взгляды позволили лучше понять суть проблемы смысла жизни и перейти к эмпирической части исследования.

В эмпирической части было показано влияние цифровизации на ценностную сферу личности цифрового поколения. Цифровому поколению сложно ставить цели на далекую жизненную перспективу из-за быстрых изменений, происходящих в мире, поэтому в ценностной сфере можно обнаружить отсутствие четких духовных ориентиров. В силу того, что молодежь много времени проводит в виртуальной среде, можно наблюдать сужение круга интересов, активности и навыков саморегуляции во внешнем мире, что не может не снижать навыков планирования и прогностической деятельности. Неопределенность социальных, экономических условий требует от молодежи выработки позиции относительно своего личностного становления. Молодежь понимает свои

трудности в планировании жизнедеятельности и осознает опасность, что их таланты лишены возможности развития. Поэтому нельзя сказать, что современный человек живет в ценностном вакууме, молодежь озабочена поиском смысла жизни и смысложизненных ориентиров, поскольку понимает, что только смысл активизирует духовные силы и раскрывает перспективы дальнейшего развития.

Опрос представителей цифрового поколения показал, что молодые люди видят смысл жизни в получении удовольствий от жизни, в достижении счастья в личной жизни, в свободе и сохранении индивидуальности и самореализации.

Самыми важными ценностями для молодежи, определяющими их смысложизненные ориентиры, являются здоровье, любовь, творчество, общественное признание, материальное благополучие, удовольствия. Данные ценности являются актуальными для юношеского возраста. Можно сказать, что молодежь ориентирована на получение удовольствий, приобретение материальных ценностей, отстаивание свободы и независимости, построение отношений, самовыражение, самоопределение и самореализацию.

Результаты исследования свидетельствуют о некоторых тенденциях, характерных для мировоззрения представителей цифрового поколения. Смысл жизни «цифровая молодежь» связывает с проживанием настоящего, поскольку они лишены возможности перспективного планирования. У них преобладает гедонистическое отношение к жизни, имеет большее значение материальное благополучие. Цифровое поколение стремится к комфортной жизни: от покупок и ак-

тивного отдыха до творческого самовыражения. Жизненные ценности и цели молодежи направлены прежде всего на осязание и реализацию собственных интересов. Процесс самоактуализации превалирует над самотрансценденцией, ибо нет образцов для достойной цели.

Образование и работа не являются приоритетными ценностями для цифрового поколения. Образование в вузе воспринимается как формальность, поэтому лучше заниматься самообразованием, самостоятельно разрабатывая траекторию профессионального становления, ориентируясь на жизненную динамику. Цифровое поколение быстро осваивает востребованные обществом специальности, открыто для приобретения нового опыта и знаний. Представители этого поколения часто проводят разграничение между работой и хобби, творческой деятельностью. Работа для зарабатывания денег, хобби, прежде всего для удовольствия от любимого дела, которое тоже может являться источником заработка. Молодежь отдает предпочтение работе с гибким графиком или фрилансу.

Большую ценность представляет для цифрового поколения проявление своей индивидуальности. «Цифровая молодежь» привыкла воспринимать информацию через визуальный контент (видео и фотографии), поэтому выражение индивидуальности часто происходит с применением визуальных образов. Среди молодежи популярны практики трансляции жизни он-лайн, ведение видеоблогов, самопрезентация посредством создания модных луков, селфи и т.д. Создание виртуальных образов как способ самовыражения

сопряжен некоторыми рисками. Виртуальные образы могут не соотноситься с реальной личностью. Однако конструирование виртуальных образов часто является проявлением заложенных в человеке потенциалов, которые могут реализовываться только в интернет-пространстве. Поскольку процесс создания и презентации виртуальных образов делает личность более открытой, то можно сказать, что он обладает большим экзистенциальным потенциалом. Человек через данную деятельность наполняет себя новыми смыслами. Можно сказать, что цифровой мир приводит к антропологической трансформации основополагающих смыслов и ценностей. Формируется иная форма субъектности со своим способом жизнедеятельности, которая становится направленной на утверждение себя в информационно-коммуникативном пространстве.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Цифровизация определяет психологические особенности современной молодежи. Понимание этих особенностей важно для проектирования работы с подрастающим поколением. Изучив когнитивную сферу цифрового поколения, становится понятным, что у данного поколения преобладает клиповое мышление, положительной стороной которого является многозадачность. Многозадачность – это проявление когнитивной гибкости, способности быстро переключаться с одного дела на другое. Высокая «переключаемость» обеспечивает более легкое освоение материала и способствует быстрой адаптации к изменениям, происходящим во внешнем мире. Однако клиповое мышление сопряжено с некоторыми рисками, которые должны учитываться в построении образовательного процесса. Клиповое мышление мешает создавать целостную картину окружающего мира и критически ее оценивать. При реализации этого стиля мышления человек вместо отрефлексированной системы знаний получает сведения об отдельных разрозненных фактах. Отсутствие целостного представления затрудняет создание прогнозов на будущее, отсутствие критичности мышления приводит к интеллектуальной всеядно-

сти и информационным перегрузкам, которые негативно сказываются на эмоциональном состоянии цифрового поколения. Многие современные исследователи отмечают, что цифровое поколение из-за плохой способности отсеивать информацию эмоционально подавлено и склонно к депрессиям. Поскольку клиповое мышление – это результат адаптации человека к переизбытку информации, бороться с ним бесполезно. Важно научиться его использовать для качественного образования. Преподавателям предлагают использовать в процессе обучения технологии геймификации, которые в наибольшей степени соответствуют особенностям мышления цифрового поколения, применять методы проектирования игр при моделировании решения ситуационных задачи. Рекомендовано включать в процесс обучения тренинги, направленные на развитие концентрации внимания, логического мышления и запоминания. При построении учебного процесса следует руководствоваться следующими методическими рекомендациями: необходимо подавать информацию через яркие и наглядные образы с использованием современных компьютерных техник; информацию лучше структурировать в виде клипов. Применение графиков, блок-схем, ментальных карт, диаграмм для объяснения материала способствует развитию навыков вычленения наиболее важной информации, установления причинно-следственных связей, структуризации информации. В учебном процессе необходимо использовать мультимедийные



средства, обучающие видеоролики, фотографии, картинки, поскольку человек с клиповым стилем мышления привык потреблять визуальный контент. Информация должна подаваться в доступном виде и вовлекать обучающегося в активное взаимодействие. Традиционные методы преподавания, построенные по принципу «субъект–объект» являются неэффективными, поэтому лучшим способом обучения будет проективная деятельность, где обучающийся является полноправным субъектом образования.

Важной особенностью цифрового поколения является интерактивность, включенность в интернет-пространство. Представители цифрового поколения много времени проводят в нем. Жизнь в виртуальном мире сужает круг интересов, подавляет активность субъекта и затрудняет навыки саморегуляции и планирования. В виртуальном пространстве «цифровая молодежь» чаще всего находит развлечения, поэтому это может способствовать укреплению инфантилизма через бегство от реальных проблем. С другой стороны, цифровое поколение обладает мобильностью, проявляет смелость в поиске интересных для себя областей знаний, что способствует самоактуализации личности, разработке индивидуальных траекторий становления и развития в разных сферах жизни.

Анализ коммуникативной сферы показал, что у цифровой молодежи преобладает виртуальная коммуникация. Расширение объема виртуального общения может снижать

уровень глубины коммуникации. Погруженность в виртуальное общение негативно сказывается на развитии эмоционального интеллекта, нарушает социальную адаптацию человека к внешнему миру и даже может приводить к социальной аутизации. Цифровые технологии снижают порог восприимчивости к другому человеку и затрудняют проявление чувства эмпатии.

«Цифровая молодежь» часто абсолютизирует свою личность, стремится выделиться, привлечь к себе внимание и произвести впечатление, при этом проявляя равнодушие к потребностям другого человека. Склонность «цифровой молодежи» к презентации себя в виртуальном пространстве может быть проявлением нарциссического жизненного стиля поведения, результатом расплывчатых представлений о морально-этических ценностях. Сосредоточенность на своем внутреннем мире, гиперпрагматизм и гедонизм затрудняют общение, построение межличностных отношений. Задача преподавателя – снизить стремление к виртуальной самопрезентации и публичности за счет сохранения и развития социальной идентичности в реальном мире. В процессе обучения необходимо создать условия для самораскрытия и самоактуализации личности в совместной деятельности с другими людьми; для этого используются психологические тренинги на сплочение коллектива и формирование коммуникативной компетентности. Занятия должны быть построены по принципу диалога.

Цифровое поколение не рассматривает получение профессии в качестве приоритетной цели жизни, оно не склонно строить долгосрочные планы, поскольку дезориентировано социальными, экономическими изменениями. Важно научить представителей цифрового поколения быть ответственными за планирование своей жизни, в том числе и в профессиональной сфере. Создание индивидуальных «дорожных карт» и «маршрутов» для обучающегося может помочь ему в процессе профессионального становления, но это потребует замены традиционной ролевой модели субъект (преподаватель) – объект воздействия (ученик), другой моделью, где преподаватель выполняет роль коуча, тьютора, фасилитатора, помогает обучающемуся поставить перед собой цель и разработать план реализации его самостоятельной работы.

На основе эмпирического исследования были обнаружены смысложизненные ориентиры, которые задают направление развития современного общества. Главными жизненными ценностями молодых людей являются получение удовольствий, любовь, материально обеспеченная жизнь, самореализация своих способностей и талантов. У цифрового поколения смысложизненные ориентации не связаны с духовно-нравственным поиском, скорее они связаны с достижением высокого материального достатка и социального положения. Можно наблюдать перемещение внимания с традиционных ценностей (семьи, помощи другим людям) в сто-

рону личностных ценностей – благосостояния и самореализации.

Однако для многих представителей цифровой молодежи проблема смысла жизни сопряжена с особенностями получения ярких эмоций и удовольствий от жизни, что невозможно без умения выстраивать диалог с миром, с другими людьми. Реализовать экзистенцию человеку мешает «зацикленность» на шаблонных образах личности и эмоциональная закрытость для подлинной коммуникации. Необходимо развивать умение коммуницировать и сотрудничать с другими людьми, проживать транслируемые в процессе общения ценности, осуществлять выбор ориентиров для определения своей траектории жизни.

Дальнейшая перспектива развития нашего исследования может состоять в конструировании модели формирования смысложизненных ориентиров представителей цифрового поколения, с подробным описанием творческих методик, отражающих новую систему ценностей.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Айсина, Р.М. Киберсоциализация молодежи в информационно-коммуникационном пространстве современного мира: эффекты и риски / Р.М. Айсина, А.А. Нестерова // Социальная психология и общество. – 2019. – Т. 10. – № 4. – С. 42–57.

2. Албакова, Ф.Ю. Экзистенциальные проблемы бытия в контексте развития цифровых форм коммуникаций / Ф.Ю. Албакова // Вестник МИРБИС. – 2019. – № 2 (18). – С. 12–17.

3. Алистратова, Е.Ю. Проактивная агрессия в Интернете: причины, последствия и возможные пути профилактики / Е.Ю. Алистратова // Психолог. – 2014. – № 1. – С. 39–54.

4. Аникина, М.Е. Восприятие длинных текстов поколением «цифровых островитян» / М.Е. Аникина, Т.А. Ермошкина, Д.З. Исаков, М.В. Кобзев, Г.Г. Щепилова // Медиаскоп. – 2016. – Вып. 1. – URL: <http://mediascope.ru/?q=node/2089> (дата обращения: 15.05.2022)

5. Анцупов, А.Я. Словарь конфликтолога / А.Я. Анцупов, А.И. Шипилов. – Москва: Питер, 2006. – 527 с. – ISBN 978-5-699-38468-6.

6. Ахренова, Н.А. Интернет-дискурс как гипертекст / Н.А. Ахренова // Вестник Московского государственного областного университета (электронный журнал). – 2016. – № 3. – URL: [www.evestnik-mgou.ru](http://www.evestnik-mgou.ru). (дата обращения: 6.06.2022).

7. Баева, Л.В. Экзистенциальные риски информационной эпохи / Л.В. Баева // Информационное общество – 2013. – № 3. – С. 18–27.

8. Батаева, Е.В. Фланерство и видео мания: современные и постмодерные визуальные практики / Е.В. Батаева // Вопросы философии. – 2012. – № 11. – С. 61–68.

9. Батенова, Ю.В. Развитие эмоционального интеллекта детей в условиях цифровизации информационной среды / Ю.В. Батенова, А.Ю. Герасимова // Экопсихологические исследования – 6: экология детства и психология устойчивого развития: сборник научных статей. – Курск: Университетская книга, 2020. – С. 422–426.

10. Баттиани, А. Логотерапия и экзистенциальный анализ: текущее состояние / А. Баттиани, Э. Лукас // Познание и переживание. – 2021. – Т. 2. – № 4. – С. 109–126.

11. Бахтин, М.М. Проблемы поэтики Достоевского / М.М. Бахтин. – Москва: Сов. Россия, 1979. – 293 с.

12. Бергельсон, М.Б. Языковые аспекты виртуальной коммуникации / М.Б. Бергельсон // Вестник МГУ. – Сер. 19. – 2002. – № 1. – С. 55–67.

13. Бердяев, Н.А. Человек и машина (проблема социологии и метафизики техники) / Н.А. Бердяев // Вестник Университета имени О.Е. Кутафина. – 2022. – № 4. – С. 247–256.

14. Битюкова, О.А. Представление о смысле жизни у студентов вуза / О.А. Битюкова // Молодой ученый. – 2022. – № 16 (411). – С. 413–415.

15. Богданова, В.О. Дидактический потенциал комикса / В.О. Богданова // Социум и власть. – 2020. – № 6(86). – С. 79–87.

16. Букатов, В.М. Клиповые изменения в восприятии, понимании и мышлении современных школьников – досадное новообразование «постиндустриального уклада» или долгожданная реанимация психического естества? / В.М. Букатов // Акту-

альные проблемы психологического знания. – 2018. – № 4. – С. 5–19.

17. Бурханов, А.Р. Жан-Поль Сартр об экзистенциалах человеческого бытия / А.Р. Бурханов // Вестник Бурятского государственного университета. – 2011. – № 14. – С. 42–47.

18. Бухарбаева, А.Р. Современные тенденции в обучении студентов-бакалавров по направлению «Реклама и связи с общественностью» в российских вузах / А.Р. Бухарбаева // Вестник УГНТУ. Наука, образование, экономика. Серия экономика. – 2018. – Т. 26. – № 4. – С. 130–135.

19. Бухарбаева, А.Р. Клиповое мышление поколения Z: методы развития творческого потенциала студентов / А.Р. Бухарбаева, Л.В. Сергеева // Вестник РУДН. Серия: Литературоведение. Журналистика. – 2020. – Т. 25. – № 4. – С. 787–796.

20. Буцык, С.В. «Цифровое» поколение в вузах и школах российского региона: настоящее и будущее / С.В. Буцык // Стратегические приоритеты. – 2018. – № 4 (20). – С. 136–145.

21. Бьюдженталь, Дж. Искусство психотерапевта / Дж. Бьюдженталь. – Санкт-Петербург: Питер, 2001. – 294 с. – ISBN 5-272-00297-0.

22. Бьюдженталь, Дж. Наука быть живым / Дж. Бьюдженталь. – Москва: Корвет, 2017. – 332 с. – ISBN 978-5-7312-0345-6.

23. Бьюдженталь, Дж. Предательство человечности: миссия психотерапии по восстановлению нашей утраченной идентичности / Дж. Бьюдженталь // Эволюция психотерапии: в 3-х т. Т. 3. – Москва: Класс, 1998. – С. 180–207. – ISBN 5-86375-077-4.

24. Ван Дорцен, Э. Вызов подлинности по Хайдеггеру / Э. Ван Дорцен // Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия. – 2006. – № 8. – С. 20–30.

25. Василюк, Ф.Е. Психология переживания / Ф.Е. Василюк. – Москва: Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 200 с.

26. Вегнер, Д. Как Интернет меняет наш мозг / Д. Вегнер, А. Уорд // В мире науки. – 2014. – № 2. – С. 98–102.

27. Волкова, Н.В. Адаптация персонала в российских организациях: различия профессиональной мотивации и уровня самомониторинга представителей трех поколений / Н.В. Волкова, В.А. Чикер // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – 2015. – № 4. – С. 21–38.

28. Волова, Л.А. Ценностные ориентиры массовой культуры / Л.А. Волова // Философские проблемы информационных технологий и киберпространства. – 2010. – № 1. – С. 39–45.

29. Воскресенский, А.А. Постматериальные ценности поколения Z на пути к обществу знаний – к постановке проблемы / А.А. Воскресенский, В.А. Рабош, А.Г. Сунягина // Общество. Среда. Развитие. – 2018. – № 1. – С. 84–87.

30. Гиренок, Ф.И. Клиповое сознание: клипы в науке, клипы в философии, клипы в политике, клипы в искусстве, клипы в образовании, неклиповое / Ф.И. Гиренок. – Москва: Проспект, 2018. – 254 с. – ISBN 978-5-392-26704-0.

31. Головин, С.Ю. Словарь практического психолога / С.Ю. Головин. – Москва: АСТ, Харвест, 1998. – 165 с. – ISBN 985-433-167-9.

32. Емелин, В.А. Психологические последствия развития информационных технологий / В.А. Емелин, Е.И. Рассказова, А.Ш. Тхостов // Национальный психологический журнал. – 2012. – № 1. – С. 81–87.

33. Жичкина, А.Е. Самопрезентация в виртуальной реальности и особенности идентичности подростка-пользователя Интернета / А.Е. Жичкина, Е.П. Белинская // Образование и информационная культура: ст. в сборнике. – Москва: Институт социологии образования, 2000. – С. 431–460.



34. Жмырко, К.С. Особенности общения подростков посредством интернета / К.С. Жмырко // Молодой ученый. – 2015. – № 10 (90). – С. 1333–1335.
35. Зеер, Э.Ф. Прогнозирование профессионального будущего / Э.Ф. Зеер, Н.Г. Церковникова, В.С. Третьякова // Образование и наука. – 2021. – № 6. – Т. 23. – С. 153–184.
36. Иванова, А.Ю. Психологические проблемы общения и деятельности поколения цифровых технологий / А.Ю. Иванова, М.В. Малышкина // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 7 (149). – С. 221–228.
37. Камю, А. Миф о Сизифе / А. Камю. – Москва: АСТ: Астрель, 2011. – 218 с. – ISBN 978-5-17-071670-8.
38. Каптерев, А.И. Мультимедиа как социокультурный феномен / А.И. Каптерев. – Москва: ИПО Профиздат, 2002. – 223 с. – ISBN 5-88283-053-2.
39. Кара-Мурза, С.Г. Манипуляция сознанием / С.Г. Кара-Мурза. – Москва: Эксмо, 2008. – 862 с. – ISBN 978-5-699-10826-8.
40. Кашук, Я. Переживание смысложизненного кризиса в юношеском возрасте / Я. Кашук // Образование и наука. Известия УрО РАО. – 2011. – № 6. – С. 52–60.
41. Кириллова, О.Г. Место теории поколений в развитии современной теории управления персоналом / О.Г. Кириллова, Е.В. Гусева // Экономика устойчивого развития – 2015. – № 3 (23). – С. 273–278.
42. Коатс, Дж. Поколения и стили обучения / Дж. Коатс. – Москва: Межгосударственная ассоц. последипломного образования, 2011. – 121 с. – ISBN 978-5-8431-0175-6.
43. Кобызева, В.О. Виртуальная коммуникация в молодежной культуре современного общества / В.О. Кобызева // Вестник Ставропольского государственного университета. – 2012. – № 79(2). – С. 146–151.

44. Ковылин, В.С. Теоретические основы изучения феномена прокрастинации / В.С. Ковылин // *Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие*. – 2013. – № 2. – С. 22–41.
45. Кон, И.С. Социология личности / И.С. Конт. – Москва: Политиздат, 1967. – 383 с.
46. Корнющенко-Ермолаева, Н.С. Кьеркегор о человеческом бытии и одиночестве / Н.С. Корнющенко-Ермолаева // *Известия Томского политехнического университета*. – 2006. – Т. 309. – № 8. – С. 244–249.
47. Корякина, Ю.М. Условия исполненной жизни: описание и измерение экзистенциальной мотивации / Ю.М. Корякина // *Национальный психологический журнал*. – 2015. – № 4 (20). – С. 49–65.
48. Краткий психологический словарь / ред. А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский. – Ростов-на-Дону: Феникс, 1998. – 512 с. – ISBN 978-5-222-16746-5.
49. Кречетова, М.Ю. Моральный или экзистенциальный выбор: ф. В. Й. Шеллинг versus М. Хайдеггер / М.Ю. Кречетова // *Сибирский философский журнал*. – 2015. – № 4. – С. 178–185.
50. Кречетова, М.Ю. Различение «подлинного» и «неподлинного» бытия у С. Кьеркегора и М. Хайдеггера / М.Ю. Кречетова // *Творческое наследие Густава Густавовича Шпета в контексте философских проблем формирования историко-культурного сознания (междисциплинарный аспект)*. Г.Г. Шпет: Четвёртые Шпетовские чтения. – Томск: Национальный исследовательский Томский государственный университет, 2003. – С. 196–203.
51. Кьеркегор, С. Болезнь к смерти / С. Кьеркегор. – Москва: Издательство политической литературы, 1990. – С. 361–471.

52. Лебедева, Т.В. Цифровое поколение / Т.В. Лебедева, А.А. Субботин // Вестник РУДН. – 2020. – Т. 20. – №4. – С. 985–995.
53. Лексин, В.Н. Синтез общества потребления и информационного общества / В.Н. Лексин // Контуры глобальных трансформаций: политика, экономика, право. – 2020. – Т. 13. – № 2. – С. 195–211.
54. Лекторский, В.А. Эпистемология классическая и неклассическая / В.А. Лекторский. – Москва: Эдиториал УРСС, 2009. – 256 с. – ISBN 978-5-8360-0547-4.
55. Леонтьев, Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д.А. Леонтьев. – Москва: Смысл, 2003. – 486 с. – ISBN 5-89357-082-0.
56. Лысак, И.В. Влияние информационно-коммуникационных технологий на особенности когнитивных процессов / И.В. Лысак // Известия ЮФУ. Технические науки. – 2013. – № 5 (142). – С. 256–264.
57. Лэнгле, А. Фундаментальные мотивации человеческой экзистенции как действенная структура экзистенциально-аналитической терапии / А. Лэнгле // Психотерапия. – 2004. – № 4. – С. 41–48.
58. Лэнгле, А. Person. Экзистенциально-аналитическая теория личности: сборник статей / А. Лэнгле. – Москва: Генезис, 2008. – 158 с. – ISBN 978-5-98563-150-0.
59. Лэнгле, А. Дотянуться до жизни... Экзистенциальный анализ депрессии: сборник статей / А. Лэнгле. – Москва: Генезис, 2010. – 123 с. – ISBN 978-5-98563-234-7.
60. Лэнгле, А. Жизнь, наполненная смыслом. Прикладная логотерапия / А. Лэнгле. – Москва: Генезис, 2004. – 127 с. – ISBN 5-85297-085-9.
61. Лэнгле, А. Персональный экзистенциальный анализ / А. Лэнгле // Психология индивидуальности: новые модели и

концепции: коллективная монография. – Москва: МПСИ, 2009. – С. 356–382.

62. Лэнгле, А. Что движет человеком? Экзистенциально-аналитическая теория эмоций / А. Лэнгле. – Москва: Генезис, 2008. – 235 с. – ISBN 978-5-98563-151-7.

63. Лэнгле, А. Экзистенциальный анализ. Экзистенциальные подходы в психотерапии. – Москва: Когито-Центр, 2020. – 322 с. – ISBN 978-5-89353-598-3.

64. Лэнгле, А. Экзистенциальный анализ – найти согласие с жизнью / А. Лэнгле // Московский психотерапевтический журнал. – 2001. – № 1. – С. 5–23.

65. Мамедова, Н.М. Человек в эпоху цифровизации: на грани реального и виртуального / Н.М. Мамедова // Век глобализации. – 2021. – № 3. – С. 74–85.

66. Марарица, Л.В. Общение в интернете: потенциальная угроза или ресурс для личности / Л.В. Марарица, Н.А. Антонова, К.Ю. Ерицян // Петербургский психологический журнал. – 2013. – № 5. – С. 1–15.

67. Марцинковская, Т.Д. Информационная социализация подростков / Т.Д. Марцинковская // Образовательная политика. – 2010. – № 4 (42). – С. 30–35.

68. Маслоу, А. Новые рубежи человеческой природы / А. Маслоу. – Москва: Смысл, 1999. – 423 с. – ISBN 5-89357-027-8.

69. Мешкова, Л.Н. Цифровая культура и цифровое поколение: основные направления взаимодействия / Л.Н. Мешкова // Контекст и рефлексия: философия о мире и человеке. – 2020. – Т. 9. – № 3А. – С. 178–188.

70. Митчелл, У. Я++ [Я плюс плюс]: Человек, город, сети / У. Митчелл. – Москва: Strelka Press, 2012. – 328 с. – ISBN 978-5-9903364-1-4.

71. Михеев, Е.А. Дезинформация в социальных сетях: состояние и перспективы психологических исследований / Е.А.

Михеев, Т.А. Нестик // Социальная психология и общество. – 2018. – № 2. – С. 5–20.

72. Моль, А. Социодинамика культуры / А. Моль. – Москва: Прогресс, 1973. – 406 с.

73. Мохова, С.Б. Психологические корреляты общей и академической прокрастинации у студентов / С.Б. Мохова, А.Н. Неврюев // Вопросы психологии. – 2013. – № 1. – С. 24–35.

74. Нельсон-Джоунс, Р. Теория и практика консультирования / Р. Нельсон-Джоунс. – Санкт-Петербург: Питер, 2000. – 464 с. – ISBN 5-8046-0066-4.

75. Ницше, Ф. Антихрист. Ессе Homo. Сумерки идолов / Ф. Ницше – Москва: АСТ, 2019. – 352 с. – ISBN 978-5-17-115205-5.

76. Омельченко, Е.Л. Уникален ли российский случай трансформации молодежных культурных практик? / Е.Л. Омельченко // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. – 2019. – № 1. – С. 3–27.

77. Орлов, А.Б. Ноэтическое измерение человека: вклад Виктора Франкла в психологию и психотерапию / А.Б. Орлов, В.Б. Шумский // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2005. – Т. 2. – № 2. – С. 65–80.

78. Перцев, А.В. Молодой Ясперс: Рождение экзистенциализма из пены психиатрии / А.В. Перцев. – Санкт-Петербург: Владимир Даль, 2019. – 415 с. – ISBN 978-5-93615-204-7.

79. Петровский, А.В. Личность. Деятельность. Коллектив / А.В. Петровский. – Москва: Политиздат, 1982. – 255 с.

80. Пищик, В.И. Ценностно-смысловые ориентации / В.И. Пищик, Н.В. Сиврикова // Ценности и смыслы. – 2015. – № 3(37). – С. 88–97.

81. Подстрахова, А.В. Поколение «цифрового века»: жизненные ориентиры и образовательные ценности / А.В. Подстрахова // Молодой ученый. – 2019. – № 15(253). – С. 287–290.

82. Правдина, Л.Р. Экзистенциальная исполненность как фактор профессионального здоровья / Л.Р. Правдина, О.С. Васильева, Э.В. Гаус // Инженерный вестник Дона. – 2015. – №3 (37). – URL: [www.ivdon.ru/ru/magazine/archive/n3y2015/3275](http://www.ivdon.ru/ru/magazine/archive/n3y2015/3275) (дата обращения: 13.05.2021)
83. Психологические тесты для профессионалов / авт.-сост. Н.Ф. Гребень. – Минск: Современ. шк., 2007. – 496 с. – ISBN 978-585-513-262-3.
84. Радаев, В.В. Миллениалы на фоне предшествующих поколений: эмпирический анализ / В.В. Радаев // Социологические исследования. – 2018. – № 3. – С. 15–33.
85. Романов, Н.А. Клиповая культура в современном медиапространстве / Н.А. Романов // Человек. Культура. Образование. – 2017. – № 3. – С. 97–106.
86. Рубинштейн, С.Л. Бытие и сознание / С.Л. Рубинштейн. – Санкт-Петербург: Питер, 2017. – 287 с. – ISBN 978-5-496-02943-8.
87. Сартр, Ж.П. Экзистенциализм – это гуманизм / Ж.-П. Сартр // Сумерки богов. – Москва: Политиздат, 1990. – С. 319–344.
88. 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.
89. Скоробогатько, Е. Миллениумы: особенности и проблемы поколения Y / Е. Скоробогатько // StudNet. – 2018. – № 1. – С. 20–25.
90. Солдатова, Г.У. Цифровая культура: правила, ответственность и регуляция / Г.У. Солдатова // Цифровое общество как культурно-исторический контекст развития человека: сборник научных статей и материалов международной конференции. – Коломна: ГСГУ, 2018. – С. 374–379.

91. Солдатова, Г.У. «Цифровой разрыв» и межпоколенческие отношения родителей и детей / Г.У. Солдатова, Е.И. Рассказова // Психологический журнал. – 2016. – Т. 37. – № 5. – С. 44–54.

92. Солдатова, Г.У. Эволюция онлайн-рисков: итоги пятилетней работы линии помощи «Дети онлайн» / Г.У. Солдатова, В.Н. Шляпников, М.А. Журина // Консультативная психология и психотерапия. – 2015. – Т. 23. – № 3. – С. 50–66.

93. Солодовник, Е.В. Условия экзистенциальной исполненности в экзистенциальной аналитической теории А. Лэнгле / Е.В. Солодовник // Ученые заметки ТОГУ. – 2019. – Т. 10. – № 2. – С. 534–538.

94. Стрелец, Ю.Ш. Смысл жизни человека: от истории к вечности: монография / Ю.Ш. Стрелец. – Оренбург: Оренбургский государственный университет, 2009. – 540 с. – ISBN 978-5-4417-0024-5.

95. Строков, А.А. Цифровизация образования: проблемы и перспективы / А.А. Строков // Вестник Мининского университета. – 2020. – Т. 8. – № 2. – 15 с. – URL: <https://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/view/1081/774> (дата обращения: 7.06.2022)

96. Тебенева, И.А. **Что за X. Y...Z?**: как родителям и детям понять друг друга. Теория ценностей поколений / И.А. Тебенева. – Екатеринбург: Издательские решения, 2020. – 353 с. – ISBN 978-5-0051-3012-9.

97. Терехова, М.В. Знаково-символическая природа костюма как основание вестиментарных кодов в культуре / М.В. Терехова // Человек. Культура. Образование. – 2016. – № 4 (22). – С. 71–82.

98. Третьякова, В.С. Цифровое поколение: потери и приобретения / В.С. Третьякова, Н.Г. Церковникова // Профессиональное образование и рынок труда. – 2021. – № 2. – С. 53–65.

99. Трофимова, Е.И. Влияние цифровизации на развитие личности современных детей / Е.И. Трофимова // Молодой ученый. – 2021. – № 34 (376). – С. 170–172.

100. Филиндаш, Е.В. Особенности информационного общества, иницирующие одиночество в среде российской молодежи / Е.В. Филиндаш // Вестник университета. – 2015. – № 8. – С. 243–248.

101. Философия и методология науки (понятия категории проблемы школы направления): терминологический словарь-справочник / сост. В.А. Степанович, А.В. Климович. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2017. – 277 с. – ISBN 978-5-4475-9286-8.

102. Франкл, В.Э. Поиск смысла жизни и логотерапия / В.Э. Франкл // Психология личности. – Москва: Издательство Московского университета, 1982. – С. 118–126.

103. Франкл, В.Э. Человек в поисках смысла / В.Э. Франкл. – Москва: Прогресс, 1990. – 368 с. – ISBN 5-01-001606-0.

104. Фрумкин, К.Г. Глобальные изменения в мышлении и судьба текстовой культуры / К.Г. Фрумкин // Ineternum. – 2010. – Т. 1. – С. 26–36.

105. Хазиева, Н.О. Виртуальная реальность как пространство социализации (социально-философский анализ проблемы): автореф. дис. ... канд. психол. наук / Н.О. Хазиева. – Казань, 2014. – 19 с.

106. Хайдеггер, М. Бытие и время / М. Хайдеггер. – Санкт-Петербург: Наука, 2002. – 452 с. – ISBN 5-88059-021-6.

107. Хайдеггер, М. Прологомены к истории понятия времени / М. Хайдеггер. – Томск: Водолей, 1998. – 384 с. – ISBN 5-7137-0102-6.

108. Черников, Б.В. Дифференциация трудовых ценностей среди поколений современных работников / Б.В. Черни-



ков // Вестник Томского государственного университета. – 2014. – № 385. – С. 153–158.

109. Чернышова, Е.Л. Особенности коммуникативной сферы студентов-психологов / Е.Л. Чернышова, А.В. Белоус // Поволжский педагогический вестник. – 2019. – Т. 7. – № 1(22). – С. 45–49.

110. Чудновский, В.Э. Смысл жизни: проблема относительной эмансипированности от «внешнего» и «внутреннего» / В.Э. Чудновский // Психологический журнал. – 1995. – № 2. – С. 15–26.

111. Чудова, Н.В. Особенности образа «Я» жителя интернета / Н.В. Чудова // Психологический журнал. – 2002. – Т. 23. – № 1. – С. 11–13.

112. 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](https://psyjournals.ru/sgu_socialpsy/issue/30312_full.shtml) (дата обращения: 8.05.2022)

113. Шадриков, В.Д. Введение в психологию: способности человека / В.Д. Шадриков. – Москва: Логос, 2002. – 160 с. – ISBN 5-94010-132-1.

114. Шершнева, Т.В. Психологические особенности безопасного поведения при виртуальном общении / Т.В. Шершнева // Вестник Прикамского социального института. – 2019. – № 2 (83). – С. 80–85.

115. Шостром, Э. Анти-Карнеги, или Человек-манипулятор / Э. Шостром. – Минск; Москва: ТПЦ Полифакт, 1992. – 127 с. – ISBN 5-7815-1510-0.

116. Эко, У. Полный назад! «Горячие войны» и популизм в СМИ / У. Эко. – Москва: Эксмо, 2007. – 592 с. – ISBN 978-5-271-42089-4.

117. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон. – Москва: Прогресс, 1996. – 340 с. – ISBN 5-01-004479-X.
118. Якобони, М. Отражаясь в людях: почему мы понимаем друг друга / М. Якобони. – Москва: Юнайтед Пресс, 2011. – 366 с. – ISBN 978-5-429500-02-7.
119. Ялом, И. Экзистенциальная психотерапия / И. Ялом. – Москва: Независим, 2014. – 574 с. – ISBN 978-5-86375-195-5.
120. Ясперс, К. Введение в философию / К. Ясперс. – Минск: ПроPILEI, 2000. – 192 с. – ISBN 985-6329-36-1.
121. 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. – Pp. 211–212.
122. Ben-Ze'ev, A. Miłość w Sieci. Internet i emocje / A. Ben-Ze'ev. – Poznań: Rebis, 2005. – 335 p. – ISBN 837-301-60-66.
123. Burke, M. Social Network Activity and Social Well-being / M. Burke, C. Marlow, T. Lento // Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems. – New York: ACM, 2010. – Pp. 1909–1912.
124. Castells, M. The Information Age: Economy, Society and culture: End of Millennium / M. Castells. – New York, 1998. – 433 p. – ISBN 978-1-4051-9688-8.
125. Chartrand, T.L. The chameleon effect: The perception-behavior link and social interaction / T.L. Chartrand, J.A. Bargh // Journal of Personality and Social Psychology. – 1999. – № 76 (6). – Pp. 893–910.
126. Delaney, T. Friendship and Happiness: And the Connection Between the Two / T. Delaney, T. Madigan. – USA: McFarland & Company, 2017. – 296 p. – ISBN 147-662-9900; 978-147-662-9902.
127. Dziedzic, B. Konstruowanie i rozumienie znaczeń e komunikowaniu mediowanym komputerowo, Wydawnictwo A.

Marszałek / B. Dziedzic. – Torun, 2005. – 200 p. – ISBN 978-836-4358463.

128. Kelly, G. A theory of personality: the psychology of personal constructs / G. Kelly. – 1963. – 1963 p.

129. Längle, A. Sich berühren lassen. Vom Zusammenspiel von Werten und Gefühlen in der existenziellen Psychotherapie / A. Längle // Persönlichkeitsstörungen. – 2016. – Vol. 20. – № 2. – Pp. 115–126.

130. Loh, K.K. How has the internet reshaped human cognition / K.K. Loh, R. Kanai // The Neuroscientist – 2015. – Vol. 22. – Iss. 5. – Pp. 506–520.

131. Prensky, M. Digital Natives, Digital Immigrants / M. Prensky // On the Horizon. – 2001. – Vol. 9. – № 5. – Pp. 1–6.

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

133. Reid, E. Relationship between social and personal identities: segregation or integration / E. Reid, K. Deaux // J. Of Personality and Social Psychology. – 1996. – Vol. 71. – Pp. 1084–1091.

134. Rosen, L.D. Me, My Space, and I: Parenting the Net Generation / L.D. Rosen – New York: Palgrave Macmillan, 2007. – 258 p. – ISBN 023-06085-74, 978-02306-08573.

135. Shaputis, K. The Crowded Nest Syndrome: Surviving the Return of Adult Children / K. Shaputis. – L. Clutter Fairy Publishing, 2004. – 144 p. – ISBN 978-09726-727-02.

136. Strauss, W. Generations: The history of America's future, 1584 to 2069 / W. Strauss, N. Howe. – New York: Quill, 1991. – 538 p. – ISBN 0-688-11912-3.

137. Taplin, J. The IP TV Revolution / J. Taplin // The Network Society: From Knowledge to Policy. Washington, DC: Johns Hopkins Center for Transatlantic Relations – 2005. – Pp. 257–269.

138. Turkle, Sh. Constructions and Reconstructions of the Self in Virtual Reality / Sh. Turkle // Massachusetts Institute of Technology. Identity workshop. – 1997. – Vol. 3. – P. 10–13.

139. Turkle, Sh. Life on the screen: Identity in the age of the Internet / Sh. Turkle. – New York: Simon & Schuster, 1995. – ISBN 0-684-83348-4.

140. 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.

141. Walther, J.B. Computer-mediated communication: Impersonal, interpersonal, and hyperpersonal interaction / J.B. Walther // Communication Research – 1998. – № 23. – Pp. 3–43.

142. Young, K.S. Internet Addiction: the emergence of a new clinical disorder / K.S. Young // CyberPsychology & Behavior. – 1998. – Vol. 1. – Issue. 3. – Pp. 237–244.

Научное издание

*Богданова Вероника Олеговна*

**ЦЕННОСТИ И СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЕ ОРИЕНТИРЫ  
МОЛОДЕЖИ В ЦИФРОВУЮ ЭПОХУ**

**Монография**

ISBN 978–5–907611–45–0

Работа рекомендована РИС ЮУрГГПУ

Протокол №22/1 от 2022 г.

Издательство ЮУрГГПУ

454080, г. Челябинск, пр. Ленина, 69

Редактор Е.М. Сапегина

Технический редактор Н.А. Усова

Подписано в печать 18.08.2022 Формат 60×84 /16

Объем 6 уч-изд. л. (10 усл. п.л.) Тираж 500 экз.

Заказ №

Отпечатано с готового оригинал-макета  
в типографии ЮУрГГПУ

454080, г. Челябинск, пр. Ленина, 69