

ИНТЕРНЕТ-СРЕДА КАК ИСТОЧНИК ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ПРОБЛЕМ И РЕСУРС ДЛЯ СОВЛАДАНИЯ С НИМИ У ПОДРОСТКОВ

Л. А. Регуш, Е. В. Алексеева, О. Р. Веретина, А. В. Орлова, Ю. С. Пежемская

Аннотация. Влияние интернет-среды на психическое развитие человека является одной из актуальных проблем современной психологии. Мы предположили, что это влияние носит неоднозначный характер в подростковом возрасте: интернет-среда может становиться как источником, провоцирующим психологические проблемы, так и ресурсом для совладания с ними. Результаты исследования говорят о том, что интернет-среда становится источником проблемных переживаний не для всех подростков: 17,3% имеют низкий показатель, 15,7% испытывают высокую проблемную озабоченность в связи с интернет-средой, а у большинства (67%) — средний уровень переживаний. Подтвердилась и гипотеза о том, что подростки используют Интернет как ресурс для совладания с проблемами независимо от уровня проблемных переживаний.

Ключевые слова: психологические проблемы, интернет-среда, ресурсы, социализация, подростки, совладание

THE INTERNET ENVIRONMENT AS A SOURCE OF PSYCHOLOGICAL PROBLEMS AND A COPING RESOURCE FOR TEENAGERS

L. A. Regush, E. V. Alekseeva, O. R. Veretina, A. V. Orlova, Yu. S. Pezhemskaya

Abstract. The influence of the Internet environment on the mental development of a person is one of the important problems of modern psychology. In our study, we assumed that the Internet influence on teenagers is ambiguous: the Internet environment can both provoke psychological problems and help cope with them. The results of our survey suggest that the Internet environment is a source of problematic experiences only for a certain number of teenagers: only 15.7% of respondents have a high level of problematic concern in connection with the Internet environment, while 17.3% have a low level, and the majority (67%), an average level. The study also confirmed the hypothesis that teenagers use the Internet as a resource for coping with problems, regardless of the level of their Internet-related problematic experiences.

Keywords: psychological problems, Internet environment, resources, socialization, teenagers, coping

1. Теоретическое обоснование гипотез

1.1. Интернет-среда как институт социализации и его специфика

Виртуализация процесса социализации личности в культуре цифрового пространства рассматривается современными исследователями как сложная трансдисциплинарная проблема (Солдатова, Войскунский 2021).

В условиях множественной реальности в физическом мире и в пространстве Интернета происходит трансформация институтов социализации. Интернет-среда оказывает значимое влияние на первичную социализацию детей и подростков, для которых в «доцифровой» период традиционно институтами социализации являлись семья, образовательные учреждения, формальные и неформальные группы сверстников (Волкова 2021;

Чистяков 2022). Согласно статистическим данным Digital 2023 Global Overview Report об аудитории Интернета и социальных сетей в России на январь 2023 года, при общей численности населения России в 144,7 млн человек, 127,6 млн человек являлись интернет-пользователями. Таким образом, примерно 88 % населения так или иначе используют интернет-среду для поиска информации, знакомств, общения, обучения, просмотра видео, игр, покупок и т. д. Значимое место в интернет-активности занимают социальные сети. Наиболее часто используемые социальные сети в России (% от общего числа пользователей социальных сетей): VK — 75,3 %, WhatsApp — 71,5 %, Telegram — 64,4 %, Одноклассники — 43,5 %, TikTok — 42,6 % (Kemp 2023).

Изучая специфику Интернета как института социализации на выборке из 960 респондентов от 12 до 65 лет, А. И. Лучинкина подчеркивает важную роль интернет-активности. «Интернет-социализация связана не с возрастом пользователей, а с их вовлеченностью в интернет-пространство: временем и частотой пребывания в Сети, насыщенностью деятельностью» (Лучинкина 2019, 61). У высокоактивных пользователей Интернет стоит на первом месте как институт социализации, у менее активных пользователей Интернет занимает третье место после семьи и неформальных объединений (по оценкам респондентов). Таким образом, по субъективным оценкам респондентов, Интернет входит в первую тройку основных институтов социализации (Лучинкина 2019).

А. С. Иванов, Е. В. Юркова, С. А. Безгодова на выборке 582 подростков 5–9-х классов раскрывают содержание учебной онлайн-активности как поиск дополнительной и справочной информации, а также прохождение тестов и использование онлайн-тренажеров для подготовки к проверочным работам; при этом включенность в учебную онлайн-активность возрастает к старшим классам (Иванов и др. 2023).

Исследовательская группа под руководством Л. А. Регуш показала, что молодежь

($n = 993$) обращается к Интернету также для разрешения психологических проблем и использует все известные стратегии совладания, при этом наиболее тесная связь выявлена между общим индексом проблемной озабоченности и использованием стратегии избегания. Для подростков также характерно избегание в решении проблем с самой собой и в общении со сверстниками (Регуш и др. 2021b).

Социально-когнитивная концепция цифровой социализации, предложенная Г. У. Солдатовой и А. Е. Войскунским, в контексте технологического перехода человека к цифровому миру рассматривает его существование в смешанной реальности и гиперподключенность к Интернету как определяющие характеристики цифровой социализации взрослого и ребенка. «Новый антропологический тип цифрового человека — “человек подключенный и достроенный”, — обитает во многих реальностях и взаимодействует как с живыми, так и с неживыми системами в “новой нормальности”» (Солдатова, Войскунский 2021, 431). «Применительно к процессу социализации новая нормальность означает, что ранее принятые образцы и законы успешной социализации, а также нормы психологии и педагогики развития, задававшие рамки формирования личности от рождения до смерти, перестают соответствовать духу времени, особенно для подростков как передового отряда человечества по освоению цифровых технологий» (Солдатова, Войскунский 2021, 434).

1.2. Влияние интернет-среды на психическое развитие подростков

В настоящее время во всем мире активно исследуются феномены, возникающие в связи с использованием молодыми людьми различных интернет-ресурсов. Широкий спектр возможностей, доступность, простота и удобство использования интернет-технологий, а также экономия времени при работе с ними создали благоприятные условия для реализации потребностей подростков и молодежи в различных сферах интересов

и деятельности. Особый интерес исследователей вызывают изменения в сознании личности, общественном сознании, ввиду чего множество публикаций посвящено изучению последствий погружения в пространство Интернета. Актуальными являются проблемы отчуждения личности от общества вплоть до проявления эскапизма, формирования клипового мышления, деструктивных моделей поведения, интернет-зависимости и профилактики, связанной с ней психосоциальной депривации личности. Исследуются также деструктивные процессы в эмоциональной сфере как следствие информационных перегрузок и психофизиологические нарушения, обусловленные чрезмерным или неумелым использованием ИКТ и др. (Семак 2022).

Роли Интернета и ИКТ в социализации современного подростка посвящены работы многих исследователей. В ряде работ подчеркивается амбивалентность в эмпирических результатах и оценках влияния Интернета на психическое развитие подростка.

Очевидно, что Интернет выступает средством решения возрастных задач развития и удовлетворения важных потребностей подростка и поэтому имеет ряд преимуществ перед реальным межличностным взаимодействием. При этом привлекательная среда виртуального пространства создает предпосылки для чрезмерного приобщения подростков к нему и злоупотребления различными сервисами. Ряд отечественных и зарубежных исследователей придерживаются идеи вторичности проблемного использования социальных сетей и видеоигр по отношению к имеющимся у подростка дезадаптивным психосоциальным особенностям (Шубин 2020).

Р. М. Айсина и А. А. Нестерова на основе теоретического анализа современных отечественных и зарубежных исследований, посвященных проблемам вовлеченности молодежи в виртуальную коммуникацию и освоения разнообразных киберресурсов, приходят к выводу, что процессы киберсоциализации и традиционной социализации могут быть как взаимодополняющими, так

и не согласующимися, в результате чего построение коммуникаций в виртуальном пространстве может сопровождаться дезадаптивными паттернами за пределами интернет-среды. «Наблюдаемую в молодежной среде тенденцию к увеличению времени пребывания в киберпространстве, вовлеченность в виртуальные социальные коммуникации нельзя считать однозначно негативными. Угроза социальной дезадаптации молодого человека возникает только в тех случаях, когда он оказывается неспособен к адекватной саморегуляции и самоконтролю при использовании киберресурсов, а также не обладает достаточной резистентностью в отношении провокаций со стороны агрессивно настроенных участников сетевых сообществ» (Айсина, Нестерова 2019, 48).

Г. У. Солдатова и А. Е. Войскунский анализируют процесс цифровой социализации как «сращения» развивающегося в познавательном и коммуникативном плане сознания с внешними орудиями (гаджетами) и знаковой реальностью (Интернетом), в результате которого появляется гиперподключенная, технологически достроенная цифровая личность как часть личности реальной. Механизмы формирования и активности этой цифровой личности определены как экстернализация человека посредством техносистемы и характеризуются их персонализацией в соответствии с индивидуальными особенностями реальной личности. Так, подростки переживают реальность как смешанную, а не разделенную на онлайн и офлайн, для них смешанная реальность — «это реальность одновременно интеллектуальной и эмоциональной активности, социальных контактов, учебы, личностного роста, оформления чувства уверенности в себе и компетентности, а также условного присутствия реально отсутствующих значимых людей» (Солдатова, Войскунский 2021, 440). Развитие личности в условиях цифрового расширения включает появление новых способов саморегуляции, в том числе совладания с проблемами, используя ресурсы Сети.

1.3. Возможности и угрозы интернет-среды для психического развития подростков и разрешения психологических проблем

Нельзя дать однозначную оценку влиянию интернет-среды. Интернет-среда одновременно создает и возможности, и угрозы для развития человека. Особенно это касается детского и подросткового возрастов, когда активно идут процессы когнитивного, социального и личностного становления. Зачастую решая с помощью Интернета и социальных сетей одни проблемы, подросток приобретает другие. Практически любое действие в Интернете имеет плюсы и минусы для развития и жизнедеятельности подростков.

Прежде всего интернет-среда стала важным инструментом в образовательной сфере, появились и активно развиваются образовательные сайты, онлайн-школы и дистанционные курсы, мастер-классы и вебинары, онлайн-тренажеры, виртуальные библиотеки, тематические форумы и др. Онлайн-обучение стимулирует самостоятельность и ответственность за процесс обучения самого подростка, улучшает учебные навыки и саморегуляцию. С помощью онлайн-тренажеров и обучающих игр можно развивать память, внимание, наблюдательность и мышление. Благодаря онлайн-обучению повысились шансы на успех у подростков с социальной тревожностью или ограниченными возможностями здоровья. Однако плюсы онлайн-обучения можно обнаружить скорее у мотивированных подростков, уже способных к саморегуляции и целеполаганию. В то же время при принудительном (например, со стороны взрослых или в условиях вынужденной самоизоляции) использовании онлайн-ресурсов для обучения может наблюдаться снижение учебной мотивации, закрепляются примитивные стратегии поиска информации и снижается критичность при ее отборе, появляется склонность к электронному академическому обману. Вместо того, чтобы

поразмьшлять над заданием или проектом, подростки сразу же отправляются в Сеть для поиска готового ответа. Неблагоприятным следствием также являются эмоциональные расстройства (тревожность, депрессия), недостаточное удовлетворение потребности в общении, ухудшение коммуникативных навыков и способности к сотрудничеству (Авдулова, Прикладовская 2022; Керша, Обухов 2023).

Также интернет-среда создает возможности для комфортного и времясберегающего существования. Как и взрослые, подростки могут делать онлайн-покупки и заниматься онлайн-продажами, заказывать еду, получать скидочные купоны, посещать виртуальные музеи и онлайн-кинотеатры. Однако вместе с возможностями появляются и сопутствующие риски: навязчивая реклама, спам, мошенничество, кража денег и утечка персональных данных. У пользователей данных сервисов может появиться импульсивность, страх быть обманутым или стать объектом манипуляций, чувство незащищенности, снижается критичность восприятия информации, может трансформироваться образ Я, закрепляются установки на быстрое обогащение и навязанные стереотипы.

Очень важная для подростков сфера — общение. Актуальным становится наличие друзей, понимание, принятие, поддержка и уважение. И киберпространство создает для этого дополнительные возможности. С помощью социальных сетей подростки находят друзей и сообщества по интересам, с помощью виртуальных собеседников получают советы и поддержку, решают свои проблемы и внутренние конфликты. Они могут «выговориться» или сбросить эмоции, особенно в тех случаях, когда потребность в помощи и поддержке в реальной жизни является неудовлетворенной. И все это происходит фактически нон-стоп. Однако активная вовлеченность в киберкоммуникацию, а тем более почти полное замещение реального общения виртуальным может оказывать серьезное негативное влияние практически по всех сферах психики —

поведенческой, эмоциональной, когнитивной и мотивационной. Наблюдаются проблемы с распределением личного времени, все меньше и меньше времени получается уделять учебе или увлечениям, возможно даже пренебрежение собственным здоровьем. Появляется неорганизованность и отстраненность, некритичная гибкость по отношению к социальным нормам, безответственность и эмоциональная неустойчивость. Общение на форумах и в чатах улучшает вербальную составляющую коммуникации, но минимизирует невербальную и обедняет эмоциональную составляющие (Хломов 2014). В аффективной сфере проявляются эмоциональная отчужденность, неустойчивость эмоциональных проявлений, снижение способности контролировать свои эмоциональные реакции, управлять настроением. В когнитивной сфере можно обнаружить снижение целостности восприятия информации, критичности мышления, трансформацию мыслительных операций и моральных установок (Молчанов и др. 2018; Регуш и др. 2019). Кроме того, возрастает риск попасть в деструктивные интернет-сообщества или подвергнуться кибербуллингу (Миронова 2021). Жертвы киберзапугивания имеют низкую самооценку, испытывают депрессию, беспокойство, чувство одиночества, ухудшение сна, появление суицидальных мыслей, склонность к аутоагрессии.

В проведенных ранее исследованиях установлено, что онлайн-совладание с психологическими проблемами не является для подростков и молодежи доминирующей формой совладания. Цифровая среда предоставляет скорее дополнительные и компенсаторные возможности, причем и для конструктивных, и для деструктивных видов совладания. Обнаружены возрастные и половые различия в особенностях поведения при попытках совладать с собой подростков и молодежи, а также опосредованность онлайн-совладания переживанием проблем в различных сферах жизни и характеристиками погруженности в интернет-среду (Регуш и др. 2021a; 2021b; 2022a).

2. Организация и методы исследования

Цель данного исследования — раскрыть неоднозначность влияния интернет-среды на содержание проблем, переживаемых подростками, показав как возникновение проблемной озабоченности в связи с интернет-социализацией, так и ресурсы для совладания с ними.

Гипотезы исследования:

- цифровизация жизни подростков становится одним из факторов появления проблемной озабоченности в связи с погруженностью в интернет-среду;
- интернет-среда может использоваться подростками как ресурс для разрешения психологических проблем в различных областях жизни.

Задачи исследования:

1. Установить наличие проблемной озабоченности подростков, связанной с интернет-средой.
2. Установить особенности совладания с психологическими проблемами у подростков с различным уровнем проблемной озабоченности, связанной с интернет-средой.
3. Охарактеризовать взаимосвязи стратегий совладания и проблемной озабоченности, связанной с интернет-средой.

Для достижения цели и получения ответов на поставленные исследовательские вопросы использовались методики: «Психологические проблемы подростков в реальной и виртуальной среде» (Регуш и др. 2023); «Индикатор копинг-стратегий» Дж. Амирихана, модифицированный для изучения онлайн-совладания.

Исследование проводилось с помощью Google Form. в период январь-апрель 2021 г. В исследовании участвовало 566 подростков в возрасте 13–17 лет (260 мальчиков, 306 девочек) (табл. 1).

Для анализа полученных в ходе исследования данных использовались методы первичной математической статистики, а также сравнительный анализ (критерий Краскела-Уоллиса для независимых выборок) и корреляционный анализ (критерий Спирмена).

Таблица 1

Половозрастная характеристика выборки

Table 1

Sex and age characteristics of the sample

		возраст					Итого
		13,00	14,00	15,00	16,00	17,00	
пол	ж	33	78	80	88	27	306
	м	32	82	77	51	18	260
Итого		65	160	157	139	45	566

3. Результаты и их обсуждение

3.1. Характеристика психологических проблем, связанных с интернет-средой

Методика «Психологические проблемы подростков в реальной и виртуальной среде» направлена на выявление проблемной озабоченности в различных областях жизни, в том числе и в связи с интернет-средой. Шкала «Проблемы, связанные с погруженностью в Интернет» включает, например, такие утверждения, как: «Без Интернета чувствуешь себя “как без рук”»; «Если у меня нет Интернета, я боюсь оказаться не в курсе каких-то важных событий для меня и друзей»; «Мне трудно распределять время между Интернетом и выполнением домашних обязанностей»; «Я не могу контролировать время, проводимое в Интернете», и т. д. Остальные пять шкал устанавливают степень озабоченности проблемами в таких областях жизни, как общественная и личная безопасность; становление идентичности; общение со сверстниками; взаимоотношения с родителями; школа.

Методика предполагала оценку выраженности того или иного переживания по 5-балльной шкале, что позволило выделить группы подростков с низким, средним и высоким уровнем проблемных переживаний в связи с интернет-средой. Группа с высокой выраженностью проблем в связи с интернет-средой (больше 3–4 баллов) составила 89 человек; с низкой (меньше

1,5 балла) — 98 человек; со средней (от 1,51 до 3,39 — среднее отклонение 2,45, стандартное — 0,94) — 379 человек. Рассмотрим, как в этих группах представлена озабоченность психологическими проблемами в других областях жизни.

При сравнении рейтингов (рангов) переживаемых психологических проблем в разных сферах жизни наблюдается специфический для *группы с высоким уровнем* озабоченности проблемами в интернет-среде порядок проблемных областей по сравнению с другими группами. На первом месте по степени переживания стоят проблемы, связанные с Интернетом, потом идут проблемы с обществом и школой, на четвертом месте проблемы с родителями (более высокий ранг, чем у других групп), на пятом месте проблемы с идентичностью (у других групп 2-е рейтинговое место), на последнем месте проблемы с общением и сверстниками (табл. 2).

Проблемы в интернет-среде совершенно очевидно становятся ключевыми для данной группы подростков, перекрывая по степени выраженности и значимости даже проблемы общественной и личной безопасности, которые традиционно имеют высокий рейтинг для большинства подростков и молодежи. Это может свидетельствовать о приоритете жизни (общения, получения информации, удовлетворения витальных потребностей) в виртуальном пространстве по сравнению с реальностью. Там возникают и находят удовлетворение/фрустрируются потребности, реализуются интересы, переживаются

Сравнительный анализ рейтингов проблем у подростков с различной выраженностью проблем с Интернетом

Table 2

Ratings of problem areas in teenagers with different degree of manifestation of Internet-related problems

Сфера проблемных переживаний	Группа с высокой проблемной озабоченностью n = 89		Группа со средней проблемной озабоченностью n = 379		Группа с низкой проблемной озабоченностью n = 98		Статистики критерия Краскела — Уоллиса (хи-квадрат, ассимпт. значимость)
	Среднее, стд. отклон.	РАНГ	Среднее, стд. отклон.	РАНГ	Среднее, стд. отклон.	РАНГ	
1. Проблемы, связанные с общественной и личной безопасностью	3,64 1,02	2	3,45 0,89	1	2,84 1,18	1	29,31 p < 0,001
2. Проблемы становления идентичности	3,21 1,09	5	2,71 0,90	3	1,97 0,96	3	72,78 p < 0,001
3. Проблемы, связанные с общением и сверстниками	2,89 1,02	6	2,20 0,79	6	1,48 0,69	5	117,43 p < 0,001
4. Проблемы во взаимоотношениях с родителями	3,13 1,10	4	2,30 0,83	5	1,64 0,88	4	110,61 p < 0,001
5. Проблемы, связанные с погруженностью в Интернет	3,98 0,46	1	2,43 0,53	4	1,16 0,17	6	390,87 p < 0,001
6. Проблемы, связанные со школой	3,47 0,86	3	3,01 0,81	2	2,32 1,04	2	67,60 p < 0,001
Интегральный показатель проблемной озабоченности	3,39 0,59		2,69 0,51		1,90 0,52		207,41 p < 0,001

эмоции, приобретаются друзья и враги. То, что происходит в обществе и мире, также большей частью опосредуется информационными сообщениями, виртуальными обсуждениями и комментариями. Менее важными на этом фоне кажутся школьные проблемы (хотя уровень их переживания значимо выше, чем в других группах), ближе к концу рейтинга смещаются проблемы, связанные со становлением идентичности. Можно предположить, что здесь работают как риски (поглощение подростка интернет-средой, усиление тревоги и беспокойства при снижении уровня субъективной значимости проблем в реальной жизни), так и ресурсы интернет-

среды (возможность получить поддержку и информацию вне школьной среды, создание виртуальной идентичности и др.).

Обращают на себя внимание более высокие показатели (в абсолютных значениях) проблемной озабоченности как по каждой из сфер возникновения проблем, так и в целом. Можно сделать вывод, что риски для эмоционального и личностного развития подростков при высокой степени переживания проблем, связанных с Интернетом, довольно существенны.

Какие же именно проблемы беспокоят подростков каждой из групп в интернет-среде больше всего? Что становится для них

возможным триггером возникновения проблем в других сферах жизни или ресурсом для их преодоления?

Подростки всех трех групп отмечают наибольшую озабоченность в случае риска лишения Интернета как инструмента жизнедеятельности (без Интернета чувствуешь

себя «как без рук»), источника информации о важных для себя событиях, как связанных с близкими людьми, так и с миром в целом (табл. 3).

При этом подростки, более сильно озабоченные проблемами с Интернетом, замечают, что Интернет становится препятствием для

Таблица 3

Содержание проблем, связанных с Интернетом, в группах подростков с разным уровнем проблемной озабоченности в сфере интернет-среды, n = 566

Table 3

Content of Internet-related problems in groups of teenagers with different levels of Internet-related problematic concern, n = 566

Проблемы, которые волнуют подростков в связи с использованием Интернета	Группа с высокой проблемной озабоченностью n = 89		Группа со средней проблемной озабоченностью n = 379		Группа с низкой проблемной озабоченностью n = 98	
	Среднее	РАНГ	Среднее	РАНГ	Среднее	РАНГ
Без Интернета чувствуешь себя «как без рук»	4,28	1	2,75	1	1,24	1
Без Интернета я боюсь не узнать каких-то важных событий, происходящих в стране и мире	4,09	4	2,60	4	1,21	3–4–5
При отключении электричества / проблемах со связью теряется возможность решать многие жизненные вопросы	3,91	7	2,65	2	1,21	3–4–5
Боюсь, что моя жизнь будет безрадостной, если исчезнет Интернет	3,89	8	2,25	7	1,05	9
Если у меня нет Интернета, я боюсь оказаться не в курсе каких-то важных событий для меня и друзей	4,22	2-3	2,64	3	1,22	2
Мне трудно распределять время между Интернетом и выполнением домашних обязанностей	3,99	5	2,23	9	1,17	6–7
Я не могу контролировать время, проводимое в Интернете	3,97	6	2,24	8	1,03	10
Я недоволен тем, что из-за привязанности к Интернету откладываю важные дела на «потом», не успеваю сделать их вовремя	4,22	2-3	2,50	5	1,17	6–7
Я не успеваю за всеми новыми возможностями, которые появляются в Интернете	3,52	10	2,32	6	1,21	3–4–5
Интернет занимает все мое свободное время	3,81	9	2,18	10	1,12	8

активной жизнедеятельности в реальности (2–3-й ранг), выполнения повседневных обязанностей и контроля времени. В то же время подростки данной группы менее всего озабочены тем, что упустят новые возможности, предоставляемые интернет-средой (10-й ранг). Это может быть обусловлено их высокой погруженностью в интернет-среду и постоянным доступом к изменениям, поскольку по результатам наших исследований в группе с высокой озабоченностью проблемами в Интернете погруженность в интернет-среду статистически значимо выше, чем в группе с низкой проблемной озабоченностью (Регуш и др. 2022b). Можно констатировать, что высокий уровень переживания соответствующих проблем может стать стимулом осознания рисков погруженности в интернет-среду для осуществления планов в реальной жизни и собственного развития.

В группе с *низкой озабоченностью* проблемами в Интернете обращает на себя внимание практически полное игнорирование таких проблем, как «безрадостность жизни без Интернета», контроль и распределение времени. Большая часть респондентов этой группы разделяет использование Интернета (возможно, рассматривая его скорее как техническую и информационную помощь) и реальную жизнь. По сути, все проблемы, связанные с интернет-средой, мало значимы для них и, как показано выше, существенно проигрывают проблемам, связанным с жизнью в социуме.

Нам показалось интересным рассмотреть рейтинг конкретных проблем в Интернете в группе переживающих проблемы в данной сфере в *средней степени*, поскольку, вероятно, эти данные отражают положение дел для большинства подростков. Тройка самых беспокоящих проблем связана со страхом лишиться Интернета как своеобразного орудия жизнедеятельности и источника получения информации. Эти проблемы, по нашему мнению, отражают переживание возможной беспомощности при необходимости решения проблем с опорой на реальные

(не виртуальные) ресурсы. Это подтверждается и меньшей значимостью проблем, связанных с распределением времени между виртуальной и реальной жизнью, поскольку для современных подростков это уже давно стало единой жизненной средой.

3.2. Совладание с психологическими проблемами у подростков с различным уровнем проблемной озабоченности, связанной с интернет-средой

Методика «Индикатор копинг-стратегий» Дж. Амирхана позволяет диагностировать следующие стратегии совладания: разрешение проблем, поиск социальной поддержки, избегание. В исследовании использовался модифицированный вариант этой методики, в котором содержание ориентировало отвечающего на возможности совладания с проблемами с использованием интернет-ресурсов (онлайн-совладание).

Рассмотрим, какие стратегии используются подростками, имеющими высокий, средний и низкий уровни озабоченности проблемами в связи с интернет-средой (табл. 4).

В группах подростков с высоким уровнем озабоченности проблемами, связанными с Интернетом, равно выражены стратегии онлайн-совладания «решение проблем» и «избегание», тогда как в группах со средней и низкой озабоченностью этими проблемами стратегия «решение проблем» более выражена, а стратегия «избегание» используется реже всего. Средний показатель стратегии «поиск социальной поддержки» в группе с большой нагруженностью интернет-проблемами занимает последнее, третье ранговое место, в то время как в группах со средней и низкой нагруженностью этими проблемами он находится на втором месте, промежуточном между «разрешением проблем» и «избеганием». Это означает, что подростки, чрезмерно вовлеченные в Сеть, самостоятельно с равной вероятностью ищут в ее ресурсах как способы решения этих проблем, так и способы ухода от них. Несколько чаще ищут в Интернете социальную поддержку подростки со средней и низкой

Таблица 4

Стратегии онлайн-совладания в группах подростков с разным уровнем проблемной озабоченности в сфере Интернета, n = 566

Table 4

Online coping strategies in groups of teenagers with different levels of Internet-related problematic concern, n = 566

Стратегии онлайн-совладания	Группа с высокой проблемной озабоченностью n = 89		Группа со средней проблемной озабоченностью n = 379		Группа с низкой проблемной озабоченностью n = 98		Статистики критерия Краскела — Уоллиса (хи-квадрат, ассимпт. значимость)
	Среднее, std. отклон.	РАНГ	Среднее, std. отклон.	РАНГ	Среднее, std. отклон.	РАНГ	
Разрешение проблем	22,96 5,26	1–2	19,41 5,16	0,001	16,72 4,75	1	65,92 P < 0,001
Поиск социальной поддержки	21,57 5,26	3	18,02 4,43	0,001	15,65 4,53	2	68,93 p < 0,001
Избегание	22,96 4,10	1–2	17,58 4,04	0,001	14,22 3,60	3	167,03 p < 0,001

озабоченностью проблемами в Интернете, хотя тоже предпочитают стратегию самостоятельного поиска решения. Все различия между данными группами в использовании методов совладания являются значимыми, согласно критерию Краскала — Уоллиса.

3.3. Взаимосвязь стратегий совладания и проблемной озабоченности, связанной с интернет-средой

Показатели всех категорий психологических проблем подростков, а также интегральный показатель проблемной озабоченности обнаружили значимые взаимосвязи ($p \leq 0,01$) с показателями использования всех трех стратегий онлайн-копинга. Это говорит о том, что подростки активно ищут в Интернете возможность справиться с проблемами или предотвратить их, используя его ресурсы для поиска решения, получения социальной поддержки или способов избегания. Вместе с тем по мере увеличения их активности в использовании всех стратегий онлайн-совладания проблемная озабоченность во всех сферах растет (табл. 5).

Наиболее тесная связь выявлена между общим индексом проблемной озабоченности и использованием стратегии избегания.

Широкие и доступные возможности отвлечься и расслабиться в компьютерных играх, слушая музыку, смотря фильмы, читая книги или общаясь в соцсетях, предоставляет современному подростку именно Интернет.

Показатель проблемной озабоченности, связанной с использованием Интернета, также обнаружил довольно тесные взаимосвязи ($p \leq 0,01$) с показателями использования всех трех стратегий онлайн-копинга. У подростков появляются не только новые возможности совладания, но и новые проблемы, связанные с использованием средств Интернета. Поэтому естественно, что у наиболее активно обращающихся за онлайн-совладанием подростков, среди которых, вероятно, оказались и интернет-зависимые, появляются новые проблемы, источником которых является сама интернет-среда.

Заметим, что все взаимосвязи между показателем шкалы проблем с Интернетом и стратегиями онлайн-совладания превышают аналогичные у всех остальных проблемных шкал, за исключением связи общей проблемной озабоченности с онлайн-избеганием. Это свидетельствует о повышенной степени копинг-активности подростков,

Таблица 5

Корреляционные взаимосвязи (по Спирмену) проблемной озабоченности и способов онлайн-совладания у подростков, $n = 566$

Table 5

Correlations (Spearman correlation) of problematic concern and ways of online coping in teenagers, $n = 566$

Сфера проблемных переживаний\ Способ онлайн-совладания	Решение проблем	Социальная поддержка	Избегание
1. Проблемы, связанные с общественной и личной безопасностью	,222**	,275**	,214**
2. Проблемы становления идентичности	,197**	,247**	,464**
3. Проблемы, связанные с общением и сверстниками	,261**	,208**	,461**
4. Проблемы во взаимоотношениях с родителями	,283**	,247**	,427**
5. Проблемы, связанные с погруженностью в Интернет	,377**	,346**	,511**
6. Проблемы, связанные со школой	,215**	,260**	,396**
Интегральный показатель проблемной озабоченности	,357**	,354**	,584**

Примечание: ** — значимая корреляционная связь, $p \leq 0,01$.

имеющих проблемы, связанные с Интернетом, по сравнению с другими.

Как свидетельствуют данные таблицы 5, взаимосвязь проблемы, связанной с интернет-средой, и стратегии избегания оказалась наиболее тесной ($r = 0,511$). Это объясняется как общей тенденцией предпочтения виртуальных возможностей для ухода от решения проблем, характерной для подросткового возраста, так и непосредственной доступностью технических средств. Ранее нами было установлено, что у подростков взаимосвязь избегания с наличием проблем с собственно Интернетом выше, чем у юношей и девушек, что может быть объяснено меньшей цифровой компетентностью и неэффективным его использованием (Регуш и др. 2022а).

Положительная корреляционная связь показателя проблемно-решающей стратегии с проблемной нагруженностью, связанной с Интернетом, является меньшей ($r = 0,377$) и тем не менее остается значимой ($p \leq 0,01$). Поиск самостоятельных решений проблем, связанных с Интернетом, естественно осуществляется в том же Интернете, предлагающем разнообразные способы устранения технических неполадок, алгоритмы установ-

ки новых программ и приложений, способы защиты от интернет-угроз и т. п.

Положительная корреляционная связь показателя поиска социальной поддержки в Интернете также значима на 0,01%-м уровне, хотя имеет меньшее численное значение ($r = 0,346$). Через Сеть подростки могут обратиться за помощью к широкому кругу людей, сталкивавшихся с аналогичными проблемами, получить их информационную и эмоциональную поддержку. В то же время подростки рискуют столкнуться с новыми проблемами, источником которых оказывается их возросшая вовлеченность в Сеть, и попадают в своего рода «порочный круг».

Необходимо принять во внимание, что активность в использовании стратегий онлайн-копинга у подростков может объясняться скорее импульсивным реагированием на стресс и фактором доступности («всегда под рукой»), чем осознанным намерением таким образом справиться с проблемой.

Вывод об эффективности сознательного выбора ресурсов Интернета для предотвращения или решения проблем был бы преждевременным из-за невозможности учета

влияния его промежуточных составляющих — отношения к неопределенности, оценки вероятностей, факторов эмоциональной саморегуляции, личностных ориентаций и многого другого.

Заключение

Установлено, что для большинства подростков (67%) характерен средний уровень проблемной озабоченности в связи с интернет-средой. Группа с высокой проблемной озабоченностью в связи с интернет-средой составляет 15,7%, с низкой — 17,3%. Можно считать, что эти данные отражают реальную картину психологических проблем подростков в связи с интернет-средой. Группу риска могут представлять подростки с высоким уровнем проблемной озабоченности. Об этом свидетельствует то, что приоритетными для них являются переживания, связанные с интернет-средой, по сравнению со всеми другими жизненными областями, учитывая, что многолетние наблюдения выявили характерные для подростков области проблемных переживаний как относительно устойчивые (общественная и личная безопасность и проблемы, связанные с идентичностью). Кроме того, подростки этой группы осознают, что Интернет становится для них препятствием в проявлении активности в реальной жизни.

Подростки, имеющие различный уровень проблемной озабоченности в связи с интернет-средой, используют ее для совладания со своими жизненными проблемами, о чем говорят данные об использовании всех стратегий совладания во всех группах подростков. Подростки группы риска, т. е. имеющие высокий уровень озабоченности в связи с интернет-средой, ориентированы на стратегии решения проблем и избегания. Подростки, имеющие большую проблемную озабоченность в интернет-среде по сравнению с другими жизненными областями, проявляют большую активность в онлайн-совладании.

Установлена наиболее тесная связь между общим индексом проблемной озабоченности и стратегией избегания, что позволяет рассматривать интернет-среду прежде всего как ресурс отвлечения от проблем и снятия эмоционального напряжения.

Таким образом, использование Интернета может стать как причиной обострения характерных для подростка психологических проблем, так и источником возникновения новых, связанных с ним способов совладания. В то же время новые способы совладания с помощью ресурсов Интернета оказываются стимулом к развитию навыков его эффективного использования, а следовательно, открывают новые возможности решения или предотвращения подростковых проблем.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Авдулова, Т. П., Прикладовская, В. М. (2022) Сравнительный анализ особенностей тревожности, депрессивности и коммуникативной сферы у подростков, обучающихся онлайн и офлайн. В кн.: В. В. Рубцова, М. Г. Сороковой, Н. П. Радчиковой (ред.). *Цифровая гуманитаристика и технологии в образовании (ДНТЕ 2022). Сборник статей III Всероссийской научно-практической конференции с международным участием*. М.: Изд-во Московского государственного психолого-педагогического университета, с. 407–420.

Айсина, Р. М., Нестерова, А. А. (2019) Киберсоциализация молодежи в информационно-коммуникационном пространстве современного мира: эффекты и риски. *Социальная психология и общество*, т. 10, № 4, с. 42–57. <https://doi.org/10.17759/sps.2019100404>

Волкова, Е. Н. (2021) Институты социализации современных подростков и их влияние на подростковый буллинг: Системный анализ. *Системная психология и социология*, № 4 (40), с. 35–47. <https://doi.org/10.25688/2223-6872.2021.40.4.3>

Иванов, А. С., Юркова, Е. В., Безгодова, С. А. (2023) Онлайн-поиск образовательной информации в структуре учебной онлайн-активности школьников с разной академической мотивацией. *Психология человека в образовании*, т. 5, № 1, с. 24–42. <https://doi.org/10.33910/2686-9527-2023-5-1-24-42>

Керша, Ю. Д., Обухов, А. С. (2023) Экспериментальное исследование роли онлайн-кружков в повышении мотивации и самооффективности учащихся в естествознании. *Интеграция образования*, т. 27, № 2, с. 208–226. <https://doi.org/10.15507/1991-9468.111.027.202302.208-226>

Лучинкина, А. И. (2019) Специфика интернета как института социализации. *Научный результат. Педагогика и психология образования*, т. 5, № 1, с. 59–69. <https://doi.org/10.18413/2313-8971-2019-5-1-0-5>

Миронова, М. Н. (2021) *Наши дети и деструктивные интернет-сообщества*. М.: Просветитель, 165 с.

Молчанов, С. В., Алмазова, О. В., Поскребышева, Н. Н., Кирсанов, К. А. (2018) Когнитивные способы переработки социальной информации в сети интернет и особенности морального сознания подростков. *Психологическая наука и образование*, т. 23, № 5, с. 77–86. <https://doi.org/10.17759/pse.2018230508>

Регуш, Л. А., Алексеева, Е. В., Веретина, О. Р. и др. (2021a) Индекс погруженности в интернет-среду: стандартизация методики. *Психолого-педагогические исследования*, т. 13, № 3, с. 31–50. <https://doi.org/10.17759/psyedu.2021130303>

Регуш, Л. А., Алексеева, Е. В., Веретина, О. Р. и др. (2021b) Интернет как ресурс совладания с психологическими проблемами у подростков и молодежи. *Психология человека в образовании*, т. 3, № 2, с. 196–207. <https://doi.org/10.33910/2686-9527-2021-3-2-196-207>

Регуш, Л. А., Алексеева, Е. В., Веретина, О. Р. и др. (2019) Особенности мышления подростков, имеющих разную степень погруженности в Интернет-среду. *Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена*, № 194, с. 19–29.

Регуш, Л. А., Алексеева, Е. В., Веретина, О. Р. и др. (2022a) Особенности онлайн-совладания с психологическими проблемами у подростков и молодежи. *Психология человека в образовании*, т. 4, № 4, с. 475–488. <https://doi.org/10.33910/2686-9527-2022-4-4-475-488>

Регуш, Л. А., Алексеева, Е. В., Веретина, О. Р. и др. (2022b) Психологические проблемы современных подростков и погруженность в интернет-среду (2019–2022 г.г.). В кн.: В. Л. Ситникова (ред.). *Семья и дети в современном мире. Сборник материалов конференции «Семья и дети в современном мире»*. Т. VII. Кзыл: Изд-во Тувинского государственного университета, с. 442–450.

Регуш, Л. А., Алексеева, Е. В., Веретина, О. Р. и др. (2023) Психологические проблемы подростков в реальной и виртуальной среде: Методика исследования. *Культурно-историческая психология*, т. 19, № 1, с. 84–96. <https://doi.org/10.17759/chp.2023190111>

Семак, В. И. (2022) Социализация современной молодежи в контексте использования онлайн-ресурсов. *Журнал Белорусского государственного университета. Философия. Психология*, № 2, с. 41–48.

Солдатова, Г. У., Войскунский, А. Е. (2021) Социально-когнитивная концепция цифровой социализации: Новая экосистема и социальная эволюция психики. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, т. 18, № 3, с. 431–450. <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2021-3-431-450>

Хломов, К. Д. (2014) Подросток на перекрестке жизненных дорог: социализация, анализ факторов изменения среды развития. *Психологическая наука и образование*, т. 6, № 1, с. 1–9.

Чистяков, А. В. (2022) *Социализация и социальная адаптация молодежи в цифровом пространстве*. Ростов-на-Дону: Фонд науки и образования, 146 с.

Шубин, С. Б. (2020) Психологические особенности цифровой активности подростков на примере социальных сетей: Обзор иностранных исследований. *Педагогика и психология образования*, № 3, с. 173–191. <https://doi.org/10.31862/2500-297X-2020-3-173-191>

Kemp, S. *We are social & meltwater “Digital 2023: The Russian Federation”*. [Online]. Available at: <https://datareportal.com/reports/digital-2023-russian-federation> (accessed 13.02.2023).

REFERENCES

Avdulova, T. P., Prikladovskaya, V. M. (2022) Sravnitel'nyj analiz osobennostej trevozhnosti, depressivnosti i kommunikativnoj sfery u podrostkov, obuchayushchikhsya onlajn i oflajn. V kn.: V. V. Rubtsova, M. G. Sorokovoj, N. P. Radchikovoj (red.). *Tsifrovaya gumanitaristika i tekhnologii v obrazovanii (DHTE 2022)*. *Sbornik statej III Vserossijskoj nauchno-prakticheskoy konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem*. М.: Изд-во Московского государственного психолого-педагогического университета, с. 407–420.

Ajsina, R. M., Nesterova, A. A. (2019) Kibersotsializatsiya molodezhi v informatsionno-kommunikatsionnom prostranstve sovremennogo mira: efekty i riski. *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestvo*, т. 10, № 4, с. 42–57. <https://doi.org/10.17759/sps.2019100404>

Volkova, E. N. (2021) Instituty sotsializatsii sovremennykh podrostkov i ikh vliyanie na podrostkovyj bullying: Sistemnyj analiz. *Sistemnaya psikhologiya i sotsiologiya*, № 4 (40), с. 35–47. <https://doi.org/10.25688/2223-6872.2021.40.4.3>

- Ivanov, A. S., Yurkova, E. V., Bezgodova, S. A. (2023) Onlajn-poisk obrazovatel'noj informatsii v strukture uchebnoj onlajn-aktivnosti shkol'nikov s raznoj akademicheskoy motivatsiej. *Psikhologiya cheloveka v obrazovanii*, t. 5, № 1, s. 24–42. <https://doi.org/10.33910/2686-9527-2023-5-1-24-42>
- Kersha, Yu. D., Obukhov, A. S. (2023) Eksperimental'noe issledovanie roli onlajn-kruzhkov v povyshenii motivatsii i samoeffektivnosti uchashchikhsya v estestvoznanii. *Integratsiya obrazovaniya*, t. 27, № 2, s. 208–226. <https://doi.org/10.15507/1991-9468.111.027.202302.208-226>
- Luchinkina, A. I. (2019) Spetsifika interneta kak instituta sotsializatsii. Nauchnyj rezul'tat. *Pedagogika i psikhologiya obrazovaniya*, t. 5, № 1, s. 59–69. <https://doi.org/10.18413/2313-8971-2019-5-1-0-5>
- Mironova, M. N. (2021) *Nashi deti i destruktivnye internet-soobshchestva*. M.: Prosvetitel', 165 s.
- Molchanov, S. V., Almazova, O. V., Poskrebysheva, N. N., Kirsanov, K. A. (2018) Kognitivnye sposoby pererabotki sotsial'noj informatsii v seti internet i osobennosti moral'nogo soznaniya podrostkov. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie*, t. 23, № 5, s. 77–86. <https://doi.org/10.17759/pspe.2018230508>
- Regush, L. A., Alekseeva, E. V., Veretina, O. R. i dr. (2021a) Indeks pogruzhennosti v internet-sredu: standartizatsiya metodiki. *Psikhologo-pedagogicheskie issledovaniya*, t. 13, № 3, s. 31–50. <https://doi.org/10.17759/psyedu.2021130303>
- Regush, L. A., Alekseeva, E. V., Veretina, O. R. i dr. (2021b) Internet kak resurs sovladaniya s psikhologicheskimi problemami u podrostkov i molodezhi. *Psikhologiya cheloveka v obrazovanii*, t. 3, № 2, s. 196–207. <https://doi.org/10.33910/2686-9527-2021-3-2-196-207>
- Regush, L. A., Alekseeva, E. V., Veretina, O. R. i dr. (2019) Osobennosti myshleniya podrostkov, imeyushchikh raznyuyu stepen' pogruzhennosti v Internet-sredu. *Izvestiya Rossijskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. A. I. Gertsena*, № 194, s. 19–29.
- Regush, L. A., Alekseeva, E. V., Veretina, O. R. i dr. (2022a) Osobennosti onlajn-sovladaniya s psikhologicheskimi problemami u podrostkov i molodezhi. *Psikhologiya cheloveka v obrazovanii*, t. 4, № 4, s. 475–488. <https://doi.org/10.33910/2686-9527-2022-4-4-475-488>
- Regush, L. A., Alekseeva, E. V., Veretina, O. R. i dr. (2022b) Psikhologicheskie problemy sovremennykh podrostkov i pogruzhennost' v internet-sredu (2019–2022 g.g.). V kn.: V. L. Sitnikova (red.). *Sem'ya i deti v sovremennom mire. Sbornik materialov konferentsii "Sem'ya i deti v sovremennom mire". T. VII*. Kyzyl: Izd-vo Tuvinskij gosudarstvennyj universitet, s. 442–450.
- Regush, L. A., Alekseeva, E. V., Veretina, O. R. i dr. (2023) Psikhologicheskie problemy podrostkov v real'noj i virtual'noj srede: Metodika issledovaniya. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya*, t. 19, № 1, s. 84–96. <https://doi.org/10.17759/chp.2023190111>
- Semak, V. I. (2022) Sotsializatsiya sovremennoj molodezhi v kontekste ispol'zovaniya onlajn-resursov. *Zhurnal Belorusskogo gosudarstvennogo universiteta. Filosofiya. Psikhologiya*, № 2, s. 41–48.
- Coldatova, G. U., Vojskunsij, A. E. (2021) Sotsial'no-kognitivnaya kontseptsiya tsifrovoj sotsializatsii: Novaya ekosistema i sotsial'naya evolyutsiya psikhiki. *Psikhologiya. Zhurnal Vysshej shkoly ekonomiki*, t. 18, № 3, s. 431–450. <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2021-3-431-450>
- Khломov, K. D. (2014) Podrostok na perekrestke zhiznennykh dorog: sotsializatsiya, analiz faktorov izmeneniya srede razvitiya. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie*, t. 6, № 1, s. 1–9.
- Chistyakov, A. V. (2022) *Sotsializatsiya i sotsial'naya adaptatsiya molodezhi v tsifrovom prostranstve*. Rostov-na-Donu: Fond nauki i obrazovaniya, 146 s.
- Shubin, S. B. (2020) Psikhologicheskie osobennosti tsifrovoj aktivnosti podrostkov na primere sotsial'nykh setej: Obzor inostrannykh issledovanij. *Pedagogika i psikhologiya obrazovaniya*, № 3, s. 173–191. <https://doi.org/10.31862/2500-297X-2020-3-173-191>
- Kemp, S. *We are social & meltwater "Digital 2023: The Russian Federation"*. [Online]. Available at: <https://datareportal.com/reports/digital-2023-russian-federation> (accessed 13.02.2023).

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

РЕГУШ Людмила Александровна — *Ludmila A. Regush*

Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена, Санкт-Петербург, Россия.

Herzen State Pedagogical University of Russia, Saint Petersburg, Russia.

SPIN-код: [8032-3165](https://www.spin-код.com/8032-3165), Scopus AuthorID: [55308255400](https://www.scopus.com/authid/detail.url?authorID=55308255400), ORCID: [0000-0002-8023-3773](https://orcid.org/0000-0002-8023-3773), e-mail: schuger@mail.ru

Доктор психологических наук, профессор кафедры психологии развития и образования.

АЛЕКСЕЕВА Елена Вячеславовна — *Elena V. Alekseeva*

Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена, Санкт-Петербург, Россия.

Herzen State Pedagogical University of Russia, Saint Petersburg, Russia.

SPIN-код: [4773-7712](#), Scopus AuthorID: [57398160600](#), ORCID: [0000-0002-2153-3012](#), e-mail: al-lev@mail.ru

Кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии развития и образования.

ВЕРЕТИНА Ольга Рэмовна — *Olga R. Veretina*

Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена, Санкт-Петербург, Россия.

Herzen State Pedagogical University of Russia, Saint Petersburg, Russia.

SPIN-код: [1211-1798](#), Scopus AuthorID: [57397032000](#), ORCID: [0000-0002-1328-8272](#), e-mail: olgaveretina@rambler.ru

Кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии развития и образования.

ОРЛОВА Анна Валерьевна — *Anna V. Orlova*

Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена, Санкт-Петербург, Россия.

Herzen State Pedagogical University of Russia, Saint Petersburg, Russia.

SPIN-код: [5898-4969](#), Scopus AuthorID: [57224904845](#), ORCID: [0000-0003-2748-9478](#), e-mail: anyaorlova@list.ru

Кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии развития и образования.

ПЕЖЕМСКАЯ Юлия Сергеевна — *Yulia S. Pezhemskaya*

Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена, Санкт-Петербург, Россия.

Herzen State Pedagogical University of Russia, Saint Petersburg, Russia.

SPIN-код: [5131-3370](#), Scopus AuthorID: [57210256732](#), ORCID: [0000-0002-8296-0229](#), e-mail: pjshome@mail.ru

Кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии развития и образования.

Поступила в редакцию: 21 ноября 2023.

Прошла рецензирование: 14 апреля 2024.

Принята к печати: 6 июня 2024.