

профессионального развития (Е. А. Лежнева), развивать конкурентоспособность личности (Р. Г. Зверева), совершенствовать личностные свойства (А. Н. Леонтьев, Е. П. Ильин), прежде всего, качества, влияющие на деятельность: веру в важность своего дела и миссии, внутреннюю свободу, желание развиваться (Е. Н. Потаева); лабильность и спонтанность (Н. Н. Биктина), разнообразие хобби (О. Р. Бусарова), стрессоустойчивость (А. П. Церковский), повышать ценность карьеры (О. В. Тихомирова), личную независимость (А. Н. Безрукова) [1]. Работа по развитию студенческого коллектива и формированию целевых установок на успех в референтной группе также будет актуализировать потребность достигать образовательных целей.

### **Список использованных источников**

1. Биктина, Н. Н. Мотивации достижения успеха и личностные особенности студентов / Н. Н. Биктина. – [Электронный ресурс] // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2021. – Т. 10, № 1 (34). – С. 331–334. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/motivatsii-dostizheniya-uspeha-i-lichnostnye-osobennosti-studentov/>. – Дата доступа: 05.03.2023.

2. Сагайдак, С. С. Мотивация деятельности / С. С. Сагайдак. – Мн.: Адукацыя і выхаванне, 2001. – 208 с.

УДК 159.9.07

### **Самооценка студентов с признаками киберадикции**

**Ахременко И. Н., магистр педагогических наук,**

**Ордевич Д. С., студент**

*Белорусский государственный педагогический университет*

*имени Максима Танка*

*Минск, Республика Беларусь*

*Научный руководитель: канд. псих. наук, доцент Бакунович М. Ф.*

Аннотация.

В статье рассматривается специфика зависимого поведения в современном мире и оценивается подверженность студентов киберзависимости. В материалах раскрываются особенности влияния кибер-

аддикции на самооценку личности и оцениваются последствия для профессионального становления.

По Д. Р. Меерсу: «аддикция – это следствие извращения нормальности». В свою очередь, Л. М. Доддс определяет аддикцию как «компulsive побуждаемую активность, которая характеризуется интенсивностью и неослабевающим упорством, относительной потерей автономии Эго (включая способность реагировать на факторы реальности и функции заботы о себе)» [1]. Принято выделять два основных вида аддикций: химическую /физическую и нехимическую [2]. В настоящее время опаснее признана нехимическая аддикция, имеющая психологическую природу, и выражающая пристрастие к какой-либо деятельности и неспособность личности самостоятельно от нее избавиться (игровая зависимость, интернет-зависимость, пищевая зависимость, трудовголизм) [3]. Компьютерная зависимость или киберзависимость – это состояние, переживаемое как непреодолимое желание быть постоянно онлайн и пользоваться интернетом в ущерб другим значимым занятиям (учебе, работе, общению).

Киберзависимость – следствие использования компьютера и Интернета, без которых современная жизнь, общение, учеба и труд уже немыслимы. Исследования Г. П. Артюниной показали: длительные занятия на компьютере вызывают симптомы переутомления: раздраженность, ощущения пустоты, психологическое перевозбуждения и иные. Последствия киберзависимости, по мнению П. П. Щербачевой, Н. А. Устиновой и других, еще более тягостные: повышение тревожности, агрессивности, враждебности, нарушения пищевого поведения (чаще отказ от пищи), скрытность, лживость, снижение общего фона настроения, отказ от социальных контактов и получения образования. Т. Ю. Захарова, Е. С. Синогина, А. А. Смирнова выявили: увлеченность компьютером неблагоприятно сказывается на скорости и точности обработки информации, что снижает способность познания окружающего мира (когнитивные возможности) и отрицательно сказывается на мотивации учебной деятельности. Ими установлено: только 1/4 часть современных школьников равнодушна к компьютерным играм, остальные уделяют им слишком много времени, 1/5 опрошенных чрезмерно увлечена. Е. В. Волгин, Р. Н. Адreasян, Э. Р. Эсханов подтвердили роль интернета для современного

человека, указав на киберсоциализацию, описали ее признаки и значение для личности. Исследуя явление кибераддикции, М. Шоттон, Ш. Текл, К. Янг, Т. Больбот отметили: формирование интернет-зависимости обусловлено не столько контентом глобальной сети, сколько личностными особенностями индивида. Работами С. А. Шапкина, О. С. Мартыновой верифицировано: зависимость определяется складом личности, в частности, сложностями в общении, неуверенностью, пониженной самооценкой. Е. Е. Кравцова, А. А. Максимова, М. С. Иванова разграничили предпосылки кибераддикции: период становления «Я», смена личностью ценностных ориентаций, период самоопределения, неустойчивость самооценки, и ее последствия: раздражительность, вспыльчивость, неадекватное отношение к себе из-за конфликта Я-реального и Я-виртуального. П. П. Щербачева и Н. А. Устинова добавили: увлеченность компьютером провоцирует рост чувства личностной незащищенности: вседозволенность в сети не согласуется с реальным миром, полным опасностей. Несовпадение самооценки и внешней оценки, полученной от в сети и обыденной жизни, еще более дестабилизирует самооценку и наносит личности серьезный урон, провоцируя ее отдаление от реального мира.

Самооценка играет важную роль в становлении личности современного студента, влияя на профессиональное становление. В сравнении с подростковым возрастом, она приобретает стабильность, менее зависима от оценок референтной группы, не предусматривает учета малозначимых факторов (ситуативных поведенческих реакций, физических особенностей и иного). В студенчестве важным становится восприятие себя как субъекта деятельности. Положительная адекватная самооценка способствует формированию осознанного отношения к себе, как субъекту процесса профессионального обучения и будущей профессиональной деятельности. Самооценка подвергается влиянию условий современной жизни и деятельности, в частности, цифровизации.

Изучение самооценки в связи с разной степенью увлеченности Интернет-ресурсами проводилось на студенческой выборке. Участие в исследовании приняли 56 студентов 2 курса факультета социально-педагогических технологий. Для реализации исследовательских целей применены методики: «Способ скрининговой диагностики компьютерной зависимости» (Л. Н. Юрьева, Т. Ю. Больбот), Тест-

опросник «Определение уровня самооценки» (С. В. Ковалёв). Кроме того, студентам предложено оценить себя как субъекта учебной деятельности и будущего специалиста. По итогам исследования компьютерная зависимость не определена среди опрошенных, риск ее развития выявлен у 18 % студентов. Их состояние вызывает серьезные опасения. Отсутствие риска развития компьютерной зависимости установлено у 21,3 %, стадия увлеченности – у 60,7 % студентов. Среди увлеченных близки к границе с риском зависимости около третьей части подгруппы (11 студентов). Увлеченность 23 студентов не вызывает опасений. Изучение самооценки показало: 26,8 % опрошенных имеют стабильно высокую самооценку, не тяготятся критикой других в свой адрес, трезво оценивают свои действия, поступки и возможности. Они благоприятно оценили себя как субъекта учебной деятельности, что согласуется с их реальными достижениями. Низкая самооценка с избытком застенчивости и сомнений в отношении собственных возможностей выявлена у 7 студентов (12,5 %). Их субъективная оценка деятельности совпала с выявленной с помощью методики. 44 респондента (78,6 %) испытывают необъяснимую неловкость в отношениях с другими, недооценивают разные аспекты собственной деятельности. Четверть из них (25 %) имеет больше шансов воспринимать и оценивать себя адекватно, 34 % нестабильно высказываются о себе, 18 % занижают личные возможности и способности. Эти тенденции находят выражение в готовности быть субъектом и ответственно решать учебные, а впоследствии и профессиональные задачи. Опираясь на данные, приведенные Ю. К. Васильевым, М. Г. Давестишиным, И. В. Михайловым, стоит всерьез озаботиться формированием адекватной положительной самооценки у студентов. Ученые установили: в процессе профессионального самоопределения самооценка слабо учитывается. По их сведениям, завышенная самооценка снижает возможность адекватного профвыбора. На это указывают факты, выявленные М. Б. Хакимовой: самооценка влияет на восприятие себя как субъекта профессионального образования и будущего специалиста. Значение самооценки для самоопределения в условиях постоянных изменений на рынке труда доказала О. П. Мешковская. Итоги корреляционного анализа (коэффициент корреляции Пирсона  $r = 0,37$  при  $p \leq 0,05$ ) показали, что деятельность по развитию благоприятной самооценки студентов должна вестись

параллельно с работой по снижению увлеченности Интернет-ресурсами. Это обеспечит психологическую безопасность личности.

Переориентировав студентов на реальное взаимодействие, удастся объективизировать их самоотношение и самооценку, позволив им действовать более осознанно.

### **Список использованных источников**

1. Галяутдинова, С. И. К проблеме понимания аддикции и зависимости отечественными и зарубежными исследователями / С. И. Галяутдинова, Е. В. Ахмадеева // Вестник Башкирского университета. – 2013. – № 1. – С. 232 – 235.

2. Попов, П. М. Кибераддикция как вид зависимого поведения / П. М. Попов, Н. А. Устинова // Знание. – 2016. – № 3-4 (32). – С. 127–132.

3. Таланова, Н. В. Кибераддикция – актуальная проблема современного юношества / Н. В. Таланова // Электронный научно-публицистический журнал «Номо Cyberus». – 2020. – № 2 (9).

УДК 159.99

### **Психология готовности студентов к тьюторству и менторству**

**Ахременко И. Н., с магистр педагогических наук,  
Стальмаков К. В., студент**

*Белорусский государственный педагогический университет  
имени Максима Танка*

*Минск, Республика Беларусь*

*Научный руководитель: канд. псих. наук, доцент Бакунович М. Ф.*

Аннотация.

В статье раскрываются условия и предпосылки тьюторского сопровождения несовершеннолетних. Представлены критерии и особенности психологической готовности к тьюторству и менторству студентов, определены приемлемые способы ее обеспечения.