

При этом основные чувства, которые сопровождают процесс работы, это радость и удовольствие.

Позитивное влияние на профессионализм школьных психологов в большей степени оказывает дополнительное обучение и поддержка коллег, а наиболее негативное воздействие наблюдается со стороны руководства (администрации) и из-за наличия формализма в процессе работы (50 %). В качестве способов повышения своей профессиональной эффективности школьные психологи выделяют дополнительное обучение (образовательные курсы, посещение обучающих семинаров, практико-ориентированных конференций), получение профессиональной обратной связи (обсуждение с коллегами, супервизия) и уменьшение нагрузки. Основными целями профессиональной деятельности школьных психологов являются признание коллег и желание помогать другим.

Таким образом, знание себя, собственных мотивов и потребностей позволяет помогать по-настоящему, желание помогать имеет фундаментальный характер, несмотря на его неоднозначность и самый сильный человеческий интерес – интерес к ближнему.

#### **Список использованной литературы**

1. Гришина, Н. В. Помогающие отношения: профессиональные и экзистенциальные проблемы / Н. В. Гришина // Психологические проблемы самореализации личности. – СПб. : Изд-во С.-Петербур. гос.ун-та, 1997. – С. 143–156.
2. Маслоу, А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – СПб. : Питер, 2010. – 352 с.
3. Мерлин, В. С. Психология индивидуальности / В. С. Мерлин. – Воронеж, 2009. – 210 с.

**Е. И. МЕДВЕДСКАЯ**

Беларусь, Брест, БрГУ имени А. С. Пушкина

#### **ОСОБЕННОСТИ ПРОИЗВОЛЬНОСТИ ВНИМАНИЯ ВЗРОСЛЫХ АКТИВНЫХ ИНТЕРНЕТ-ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ**

Внимание традиционно рассматривается как ведущая когнитивная функция, которая в своих высших формах обеспечивает всякую осознанную и целенаправленную, т. е. собственно человеческую, активность. Систематизация существующих исследований изменений внимания в условиях происходящей цифровизации жизни позволяет выделить среди них две неравнозначные группы. Первая, объединяющая в себе большую часть

исследований (преимущественно зарубежных), представляет собой изучение многозадачности, или мультитаскинга. Их результаты пока являются довольно дискуссионными (Van Der Schuur, Firth и др.). Другая группа работ, отвечающая практическим запросам образования, направлена на определение влияния цифровых информационных технологий на внимание обучающихся разных возрастов (Солдатова и др., Wammes и др.).

Анализ предметной области проведенных эмпирических исследований показывает, что она в основном представляет собой оценку актуального воздействия цифровых технологий на внимание представителей поколения Z. В частности, обзор 56 работ по проблемам медиамультитаскинга свидетельствует, что только одно исследование проведено с участием взрослых до 44 лет (Van Der Schuur). Однако можно предположить, что новые условия смешанной реальности также не проходят бесследно для познавательной деятельности взрослых, трансформируя и их когнитивные функции. Целью настоящей работы является оценка направления происходящих трансформаций внимания взрослых активных интернет-пользователей, конкретизированная для такого его свойства, как произвольность.

Оценить долгосрочный эффект воздействия активных интернет-практик на произвольность внимания взрослых пользователей технологии возможно только в квазиэкспериментальном исследовании по плану ex-post-facto. Одной из самых больших проблем в реализации указанного типа экспериментальных исследований является рандомизация контрольной и экспериментальной групп. В нашем случае это выбор критерия, отвечающего требованию однозначности, который позволил бы разделить взрослых интернет-пользователей по степени их онлайн-активности. Наиболее понятными могли бы выступить время, уделяемое Интернету, и содержание видов деятельности. Но в условиях смешанной реальности они не отвечают требованию однозначности. Поэтому дифференциация групп осуществлялась на основе собственного выбора взрослыми предпочитаемой знаковой системы – вербальной или цифровой. Методически этот выбор был реализован в анкете, которая содержала среди прочих следующую вопрос-ситуацию: «У вас 1 час свободного времени. Перед вами интересная для вас книга и компьютер/смартфон с доступом в Интернет. Как вы проведете этот час – с книгой или Интернетом? Почему?».

Всего участниками исследования выступили 386 взрослых, обладающих характеристиками, позволяющими контролировать исходный достаточно высокий уровень сформированности их когнитивных функций, в том числе и произвольности внимания:

– возраст старше 37 лет, т. е. завершение основных циклов когнитивного развития в доцифровую эпоху;

- наличие высшего образования;
- профессиональная деятельность в сфере интеллектуальных профессий (педагоги, инженеры, экономисты, библиотекари и др.);
- выполнение функциональных обязанностей, связанных с получением, обработкой и трансляцией информации в разных формах – бумажной и цифровой.

Из этой общей выборки было организовано две группы по 50 человек. Контрольную группу составили взрослые, сохраняющие в своей жизнедеятельности привычку бумажного, или естественного, чтения (Малахова, 2016). Возраст испытуемых  $46,18 \pm 6,71$ , среди них 21 мужчина и 29 женщин. Эта группа оказалась самой малочисленной в общей выборке, составляя от нее 13 %. В дальнейшем обсуждении представители данной группы будут также обозначаться как субъекты читающие. В экспериментальную группу вошли лица, фактически отказавшиеся в своей жизнедеятельности от бумажных источников информации (34 % от общей выборки), что позволяет их зафиксировать как активных интернет-пользователей (возраст  $45,38 \pm 5,86$ ; 21 мужчина и 29 женщин). Для более точной оценки эффекта влияния активных интернет-практик на внимание взрослых пользователей была введена также вторая экспериментальная группа, состоящая из 50 студентов (возраст  $18,86 \pm 1,55$ ), представляющих поколение Z.

Для оценки произвольности внимания использовалась методика «Расстановка чисел» (Бодров, Орлов, 1998), используемая в различных областях психологии для решения широкого круга задач. Методика позволяет оценить концентрацию внимания (по количеству допущенных ошибок) и его распределение (оцениваемое по следующей формуле: разница общего количества обработанных чисел и количества совершенных при этом ошибок, деленная на 2, т. е. на 2 минуты выполнения методики).

Среднегрупповые результаты измерения представлены в таблице, в которой знаком «\*» обозначены уровни статистической достоверности критерия: \* –  $p \leq 0,05$  и \*\* –  $p \leq 0,01$ .

Таблица 1 – Оценка произвольности внимания

Параметры оценки	Группа		Критерий Манна – Уитни
	Контрольная	Экспериментальная	
Концентрация	$0,62 \pm 0,75$	$2,5 \pm 2,35$	557,5**
Распределение	$9,8 \pm 1,61$	$8,15 \pm 2,25$	685,5**

Данные таблицы 1 демонстрируют, что субъекты читающие допускают существенно меньше ошибок и демонстрируют лучшее распределение внимания по сравнению с активными интернет-пользователями. Для дополнительной проверки был использован психометрический прием

расщепления выборки пополам, который подтвердил статистически высокий уровень достоверности различий в измеренных параметрах внимания (для  $n = 25$  критические значения критерия Манна – Уитни  $U = 227$  для  $p \leq 0,05$  и  $U = 192$  для  $p \leq 0,01$ ), а именно:

- для количества допущенных ошибок:  $U = 131$  и  $U = 114$ ;
- для распределения внимания:  $U = 154$  и  $U = 141,5$ .

Результаты сравнительного анализа измеренных параметров внимания взрослых с аналогичными параметрами произвольности внимания молодых людей отражены в таблице 2.

Таблица 2 – Оценка отличий произвольности внимания взрослых от представителей поколения Z

Параметры оценки	M	Критерий Манна – Уитни	
		Контрольная группа	Экспериментальная группа
Концентрация	$3,2 \pm 2,13$	328**	982*
Распределение	$8,5 \pm 2,04$	768**	1159

Результаты измерения и достоверности различий доказывают, что внимание взрослых активных интернет-пользователей приобретает те характеристики рассеянности и низкой концентрации, которые описываются как центральные особенности внимания представителей поколения Z (Смолл, Ворган, Солдатова, Николаева, Firth и др.).

Полученные эмпирические факты подтвердили высказанную гипотезу о влиянии Интернета на внимание взрослых пользователей и позволили зафиксировать долгосрочный эффект этого воздействия как трансформацию функции в сторону снижения ее произвольности.

### **Н. В. МИРЕНКОВА**

Беларусь, Могилев, ясли-сад № 37 г. Могилева

### **КРИЗИС ТРЕХ ЛЕТ: ОСОБЕННОСТИ ТЕЧЕНИЯ**

Дошкольное детство – очень короткий отрезок в жизни человека, всего первые семь лет, однако именно этот период имеет очень важное значение для всей последующей жизни человека. В развитии дошкольника психологи выделяют три периода: младенческий – с рождения до одного года; раннее детство – от года до трех; дошкольное детство – от трех лет до семи лет.