

А. Э. Симановский <https://orcid.org/0000-0002-8294-4915>

Использование школьниками интернет-ресурсов для решения учебных и познавательных задач

Для цитирования: Симановский А. Э. Использование школьниками интернет-ресурсов для решения учебных и познавательных задач // Ярославский педагогический вестник. 2020. № 6 (117). С. 22-29.
DOI 10.20323/1813-145X-2020-6-117-22-29

Статья посвящена проблеме использования школьниками интернет-ресурсов для решения познавательных задач и саморазвития. В обзоре литературы была отмечена нелинейная (параболическая) зависимость между временем нахождения в Интернете и уровнем психосоциального благополучия школьника. Статья направлена на выявление аналогичной зависимости между временем использования Интернета школьником и готовностью использовать его для решения познавательных задач и когнитивного развития. Также выяснялся вопрос о возрастной динамике способности использовать интернет-ресурсы для решения познавательных задач.

Для проверки этих идей был проведен опрос школьников г. Ярославля в трех возрастных группах: 12-13 лет, 14-15 лет и 15-16 лет. Общий объем выборки составил 134 человека. Было обнаружено, что время нахождения в Интернете с возрастом не меняется, однако способность к его использованию для решения познавательных задач и саморазвития растет. Также было выявлено, что увеличение времени нахождения в Интернете и увеличение зависимости от Интернета отрицательно связано со способностью использовать интернет-ресурсы для решения познавательных задач и когнитивным саморазвитием. В исследовании выявлено, что переломным возрастом, когда у школьников меняется отношение к Интернету и он превращается из средства развлечения и общения в средство когнитивного развития, является возраст 14-15 лет. При этом и в старшем школьном возрасте остается небольшая группа юношей и девушек, которые не желают использовать Интернет как средство обучения и развития и относятся к нему исключительно как к средству общения и развлечения. У этих лиц выявлен высокий уровень интернет-зависимости.

Ключевые слова: интернет-ресурсы, познавательное развитие, интернет-зависимость, возрастные особенности, время использования Интернета, закономерности использования Интернета, средства когнитивного развития.

A. E. Simanovskij

Use of Internet resources by schoolchildren to solve educational and cognitive tasks

The article is devoted to the problem of using Internet resources by schoolchildren for solving cognitive tasks and self-development. A review of the literature noted a nonlinear (parabolic) relationship between the time spent on the Internet and the level of psychosocial well-being of a student. The article is aimed at identifying a similar relationship between the time, when a student uses the Internet and the student's willingness to use the Internet for solving cognitive tasks and cognitive development. The question of the age dynamics of the ability to use Internet resources for solving cognitive tasks was also investigated. To test these ideas, a survey was conducted where schoolchildren from Yaroslavl participated in three age groups: 12-13 years old, 14-15 years old and 15-16 years old. The total sample size was 134 people. It was found out that the time spent on the Internet does not change with age, but the ability to use the Internet for solving cognitive problems and self-development increases with age. It was also found out that an increase in the time spent on the Internet and an increase in dependence on the Internet is negatively associated with the ability to use Internet resources for solving cognitive tasks and cognitive self-development. The study revealed that the turning point when schoolchildren change their attitude to the Internet and it turns from a means of entertainment and communication into a means of cognitive development is 14-15 years. At the same time, even in the senior school age, there remains a small group of boys and girls who do not want to use the Internet as a means of learning and development and treat it exclusively as a means of communication and entertainment. These individuals have a high level of Internet addiction.

Keywords: Internet resources, cognitive development, Internet dependence, age characteristics, time of Internet use, patterns of Internet use, means of cognitive development.

Введение

В современном мире интенсивно развиваются информационно-коммуникационные, компьютерные, электронные, цифровые интернет-технологии. Новые технологии внедряются во все сферы человеческой жизнедеятельности, а во многих из них становятся просто незаменимыми, в результате кардинально меняют наше общество, производство и быт. В Постановлении правительства Российской Федерации № 365 от 24.05.2010 г. (редакция 02.02.2019 № 77) отмечается необходимость дальнейшего развития, использования информационных систем и (или) компонентов информационно-телекоммуникационной инфраструктуры в системе государственной власти и управления общественными процессами [Постановление Правительства ... , 2010]. Интернет-технологии используются для организации делового и личного взаимодействия и общения миллионов людей. Согласно Закону РФ «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 27.12.2019, статья № 16) использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий становится равноправной формой получения образования, наряду с другими, традиционными формами [Федеральный закон ... , 2012].

Однако на практике интернет-технологии нередко воспринимаются учителями не только в качестве инновационного средства обучения, но и как фактор, препятствующий обучению и развитию. Все возражения против интернет-технологий можно свести в две большие группы: методические и психологические. Методические возражения связаны с трудоемкостью разработки качественных электронных курсов, отсутствием централизованной сертификации таких курсов, а психологические – с неготовностью обучающихся и педагогов использовать интернет-технологии для решения учебных и научно-исследовательских задач и дефицитом живого общения между педагогом и обучающимися, а также риском «нецелевого» использования Интернета – для развлечения и общения обучающихся между собой на не связанные с обучением темы [Дужникова, 2010]. В данной статье рассмотрим проблему готовности школьников использовать интернет-ресурсы для решения познавательных задач. Таким образом, цель данной работы – выяснить готовность школьников разных возрастов использовать интернет-ресурсы для решения познавательных задач.

Обзор литературы

Интернет собирает и хранит огромное количество самой разнообразной информации. Можно сказать, что в нем содержится вся история и культура человечества. Информационные ресурсы всего мира находятся в зоне доступности человека, находящегося у себя дома. Почти все сферы жизни оказались захвачены компьютеризацией, компьютер прочно утвердился в статусе одной из важнейших вещей и в жизни современных детей и подростков. Компьютер может выполнять множество функций: обучающую, развивающую, развлекательную, коммуникативную [Дворянчиков, 2016]. Это дает практически безграничные возможности для образования, творчества и исследований.

Среди зарубежных исследователей особенно популярна теория «использования и удовлетворения» (Use and gratification theory), применяемая для объяснения использования средств коммуникации (радио, телевидение, Интернет и т. д.). По сути, данная концепция исходит из предположения, что использование тех или иных медиа происходит в силу желания удовлетворить некие потребности [Spiliotopoulos, 2013]. Применительно к социальным сетям можно говорить о движущей силе мотивов общения и поиска социальных связей, развлечения и поиска информации. Используя данный подход, английский исследователь Адам Джойсон на основе факторного анализа выявил семь ключевых мотивов использования социальных сетей:

- поддержание социальных связей: общение с друзьями и знакомыми;
- поиск идентичности – мотив аффилиации – принадлежность к группе, поиск людей по интересам;
- мотив, связанный с потреблением контента (игры, приложения);
- социальное расследование или мотив «подглядывания», включающий в себя наблюдение за профайлами других пользователей и знакомства с новыми людьми;
- серфинг в социальных сетях, означающий просмотр страниц других пользователей;
- выкладывание и просмотр фотографий;
- обновление статусов, включающий в себя просмотр новостной ленты друзей [Joinson, 2008].

По данным российских психологов [Дужникова, 2010], также выделены положительные стороны виртуальных взаимодействий, обеспечивающие реализацию базовых потребностей челове-

ка: познавательных (поиск новой информации, повышение квалификации, получение экспертного мнения); коммуникативных (родственное, интимное, дружеское, деловое общение); потребности в саморазвитии (творческая реализация, самообразование, демонстрация достижений: рекреации (игры, досуг, увлечения); аффилиации (новые знакомства, сотрудничество, поиск единомышленников, сопричастность к группе, партнерство). Достаточно много исследований посвящено проблеме использования Интернета как средства общения.

По данным А. Б. Сорокиной, социальные сети могут помочь расширить круг контактов и успешно интегрироваться в группу [Сорокина, 2015]. Ее исследование примечательно тем, что рассматривает социальные сети как ресурс для развития подростка, а не как фактор, угнетающий его психологическое состояние. Ведется много споров относительно замещения реального общения общением через социальные сети и того, насколько общение в Интернете влияет на формирование коммуникационных навыков.

По результатам масштабного исследования, проведенного в Москве в 2013 г. и в соответствии с составленным под руководством Е. В. Аржаных [Аржаных, 2014] отчетом, ведущий мотив использования социальных сетей – коммуникативный: 80 % старшеклассников согласились с тем, что социальные сети – это легкий способ всегда оставаться на связи и общаться. Это в целом согласуется с данными других исследований: в статье А. С. Дужниковой со ссылкой на данные МАСМИ говорится, что 54 % людей, использующих социальные сети, делают это для поддержания контакта с друзьями и знакомыми, а 13 % занимаются поиском старых знакомых [Дужникова, 2010]. Познавательная составляющая важна практически в два раза реже: 44 % старшеклассников руководствуются мотивом жизненного любопытства («быть в курсе событий из жизни друзей»), 37 % опрошенных привлекает возможность быстрого поиска интересующей информации.

Использование компьютера и электронных гаджетов сегодня нередко становится навязчивой потребностью. Люди не оставляют свои смартфоны не на минуту [Turkle, 2017]. В Калифорнии в 2014 г. провели эксперимент, показывающий влияние смартфонов на общение детей. Сформировали две группы детей, в одну группу было включено 54 ребенка, во вторую – 51. Первой группе раздали телефоны и попросили пользоваться постоянно в течение пяти дней. Вторая

группа в течение пяти дней проводила время в детском лагере на свежем воздухе, без телефонов. После окончания эксперимента ученые сделали следующие выводы: дети, которые провели все время с мобильными устройствами, намного хуже проявляли эмоции, иногда даже не понимали, что чувствует собеседник. Способность правильно определять эмоции людей была значительно выше у детей, которые провели пять дней в лагере. В свою очередь, общение вживую, без мобильных устройств, посредством жестов и мимики, языкового общения и эмоций улучшало навыки коммуникации [Поздняк, 2019].

Социальные сети дают возможность всем пользователям участвовать в общественных движениях и благотворительных акциях. Каждый день создается огромное количество петиций и писем, направленных на улучшение качества жизни: защиту природы и памятников архитектуры, поддержку больных и пожилых людей, улучшение инфраструктуры и т. п. Поддержка добрых дел без очевидной выгоды лично для себя – поведение «доброго самаритянина» – стала предметом исследования в контексте социальных сетей [Вае, 2013].

Таким образом, социальные сети создают пространство для развития таких личностных качеств, как эмпатия и инициативность, что может иметь значение и для воспитания детей и подростков. Однако при каких условиях влияние электронных устройств является максимально положительным, а когда начинает приносить вред? В этом отношении интересно исследование английских психологов, изучавших влияние времени использования электронных устройств на эффективность развития подростков [Przybylski, 2020]. В нем приняли участие более 50 тысяч воспитателей из США, которые отвечали на вопросы анкеты о себе, семье, детях. В частности, воспитатели отвечали на вопрос: «Сколько времени [ваш ребенок] обычно проводит в будний день с компьютерами, мобильными телефонами, портативными видеоиграми и другими электронными устройствами?». Также они оценивали время, затраченное ребенком на просмотр телепередач. Данные, полученные в ходе опроса, сопоставлялись с показателями психосоциального функционирования детей и подростков. Эти сведения были получены от 35 718 испытуемых.

Исследователями были выявлены нелинейные (параболические) связи между временем использования электронных устройств и успешностью психосоциального функционирования. Оказа-

лось, что дети, пользующиеся Интернетом и смотрящие телевизор от одного до двух часов в день, были более успешными в психосоциальном развитии, чем те дети, которые вовсе не пользовались электронными устройствами и не смотрели телевизор. До этого временного интервала связь между временем, затраченным на электронные гаджеты и психосоциальным развитием была положительная. Точкой перегиба оказалось время ежедневного использования электронных устройств 1 часа 03 мин. По истечению этого времени связь становится отрицательной, то есть увеличение времени пользования электронными устройствами увеличивает риск психосоциальной дизадаптации. Причем при ежедневном использовании ребенком электронных устройств и телевизора более 4 часов 41 минуты изменения его поведения и уровня психосоциального развития становятся явными для не только для профессиональных воспитателей, но и для опекунов (родителей) ребенка. Полученная закономерность получила в науке название «гипотеза Златовласки» и была, таким образом, эмпирически подтверждена. Данная закономерность была выявлена и в результате других исследований этих авторов [Przybylski, 2017; Przybylski, 2019].

Одной из причин негативного воздействия электронных устройств на детей и подростков нередко называют снижение интенсивности живого общения. Традиционно считается, что для подросткового возраста характерна реакция группирования, то есть подростки склонны собираться в группы, близкие по интересам, собираться вместе, чувствовать себя взрослыми и самостоятельными. Современные подростки не стремятся покинуть дом для общения, для этого теперь достаточно социальных сетей. С 2000 по 2015 г. количество подростков, которые каждый день встречаются с друзьями, сократилось более чем на 40 % [Поздняк, 2019]. С одной стороны, это положительное влияние, так как они менее подвержены опасностям, меньше употребляют алкогольные напитки и наркотики, менее склонны к рискованному поведению. Но, с другой стороны, отмечается и негативное влияние: современные подростки более уязвимы в психологическом плане. По результатам масштабного исследования, проведенного Национальным институтом по наркотической зависимости Monitoring the Future: дети, которые постоянно пользуются смартфоном, менее счастливы, чем те, кто не смотрит в экран. Восьмиклассники, которые проводили в Интернете 10 часов в неделю,

на 56 % несчастнее, чем те, кто этого не делал. И наоборот: те, кто проводил в среднем больше времени, лично встречаясь с друзьями, на 20 % счастливее. У восьмиклассников, которые много времени проводят в соцсетях, риск депрессии повышается на 27 % [Егоров, 2015]. В. В. Титова считает, что норма сна для подростка – 9 часов. Смартфоны негативно влияют на сон подростков – многие из них спят менее 7 часов. Только за 2012–2015 гг. количество детей, спящих меньше 7 часов, повысилось на 22 %. Спят меньше те подростки, кто просматривает ленту перед сном. Британские ученые из Королевского колледжа в Лондоне провели многоуровневое исследование, состоящее из 20 этапов, в которых приняли участие в общей сложности 125 тысяч детей в возрасте от 6 до 19 лет. Было установлено, что при использовании гаджетов перед сном дети и подростки вдвое чаще страдают от расстройства сна, в сравнении с контрольной группой. По мнению исследователей, даже само наличие смартфона в комнате может негативно сказываться на качестве сна ребенка, так как дети и подростки намного чаще взрослых ждут сообщений в различных мессенджерах и социальных сетях и готовы ответить на поступающие сообщения в любое время суток [Титова, 2017].

Таким образом, Интернет как наиболее активно развивающийся современный сектор киберпространства представляет собой специфический фактор социализации – киберсоциализации – и имеет уникальный социально-педагогический потенциал, характеризующийся такими особенностями социализирующей интернет-среды, как доступность, мобильность и оперативность, относительная безопасность и анонимность, свобода самовыражения. Однако при определенных условиях Интернет может влиять и негативно, способствуя ухудшению психосоциальной адаптации в обществе, лишая детей и подростков опыта реального общения, препятствуя когнитивному развитию.

Метод исследования

Для определения влияния интернет-контента на познавательное развитие личности детей и подростков был составлен опросник, включавший вопросы о сферах использования интернет-технологий, времени, которое занимает взаимодействие с Интернетом, степени вовлеченности в интернет-технологии респондентов (интернет-зависимость). Вопросы об интернет-зависимости были взяты из теста К. Янг (адаптация В. Буровой).

Центральным для нашего исследования был вопрос об использовании Интернета для решения познавательных задач (поиск информации для школьного проекта; поиск информации, чтобы разобраться в новой теме по какому-либо школьному предмету; чтение информации в Интернете по поводу какой-либо интересующей темы (статьи, форумы), для освоения и совершенствования видов деятельности отсутствующих в школьной программе: вышивание, вязание, кулинария, танцы и др.). Количество названных, важных для ребенка аспектов использования интернет-ресурсов суммировалось и, таким образом, был получен количественный показатель заинтересованности подростков в Интернете как средстве удовлетворения познавательных потребностей. Этот показатель варьировался от 0 (не было указано ни одного аспекта) до 4 (отмечено все четыре возможных аспекта).

Также предлагались варианты использования Интернета для развлечения или общения, поэтому у опрашиваемых был выбор между разными аспектами использования интернет-контента.

В опросе участвовали 134 человека – подростки, юноши и девушки 12-17 лет, учащиеся школ г. Ярославля. Возрастной и половой состав обследуемых:

12 лет – 3 человека (мальчиков – 1; девочек – 2);

13 лет – 8 человек (мальчиков – 5; девочек – 3);

14 лет – 67 человек (мальчиков – 23; девочек – 44);

15 лет – 10 человек (мальчиков – 5; девочек – 5);

16 лет – 30 человек (мальчиков – 9; девочек – 21);

17 лет – 16 человек (мальчиков – 11; девочек – 5).

Обследуемые были объединены в три возрастные группы: 12-13 лет, 14-15 лет, 16-17 лет. Полученные результаты были обработаны с использованием статистических методов (метод углового преобразования Фишера и корреляционный анализ по Пирсону).

Результаты исследования

При анализе времени, проведенного в Интернете, выяснено, что среди детей 12-13 лет проводят в сети в среднем 1,5 часа в сутки 18 % опрашиваемых, 64 % опрашиваемых проводят в сети в среднем 4,5 часа в сутки и 18 % проводят в сети в среднем 7,5 часов. В группе подростков 14-15 лет в среднем 1,5 часа а в сутки проводят в сети 16 % опрашиваемых, 4,5 часа – 56 %, в

среднем 7,5 часов – 22 % и более 10 часов в сутки 6 % опрашиваемых. В группе 16-17-летних в среднем 1,5 часа в день проводят в сети 34 % опрашиваемых, в среднем 4,5 часа – 43 %, в среднем 7,5 часов – 18 %, 5 % опрашиваемых проводили в сети более 10 часов.

Попарное сравнение групп по показателю времени нахождения в сети Интернет по методу углового преобразования Фишера значимых различий между ними не выявило. Это означает, что возраст опрашиваемых не влияет на время нахождения в сети Интернет и подростки 12-13 лет в среднем находятся в сети Интернет столько же, как и более старшие школьники.

Количество школьников, которые использовали интернет-ресурсы для обучения и решения познавательных задач, в младшей возрастной группе оказалось 45 %, в средней возрастной группе – 73 % и в старшей возрастной группе – 72 %. При сравнении использования интернет-ресурсов для решения различных учебных задач с использованием критерия углового преобразования Фишера были выявлены значимые различия между младшей и средней возрастными группами ($\varphi_{эмп} = 1,76$; $\varphi_{кр} = 1,64$). Различия по этому показателю между подростками 12-13 лет и 16-17 лет также оказались достаточно значимыми, хотя они не доходят до уровня 5 % статистической значимости ($\varphi_{эмп} = 1,61$; $\varphi_{кр} = 1,64$). Статистических различий между использованием интернет-ресурсов для целей обучения между группами подростков 14-15 лет и 16-17 лет выявлено не было. Таким образом, мы видим, что с повышением возраста подростки все больше используют интернет-ресурсы для решения учебных и познавательных задач, тогда как в младшем возрасте Интернет используется в основном для развлечения и общения.

При анализе результатов было выявлено, что среди опрошенных отсутствуют интернет-зависимые подростки (80-100 баллов по методике К. Янг). Однако была обнаружена группа подростков, которые с трудом контролируют себя и могут в будущем иметь проблемы с чрезмерным увлечением Интернетом (39-49 баллов), а также подростков, у которых есть проблемы с чрезмерным увлечением Интернетом (50-79 баллов). В группе детей 12-13 лет чрезмерного увлеченных Интернетом выявлено не было (средний балл – 37,5), в группе 14-15-летних оказалось чуть больше подростков с баллами от 50 до 79 – средний балл 38,7, а в группе 16-17-летних средний балл увлеченности Интернетом у большинства

несколько снижается (38,3). Однако у нескольких человек в старшей группе обнаружился высокий балл зависимости от Интернета (от 50 до 79).

Проведение корреляционного анализа по Пирсону (r) между показателем увлеченности Интернетом и показателем использования интернет-ресурсов для решения познавательных задач выявило значимую отрицательную связь ($r_{эмп.} = -0,22$; $r_{кр.} = 0,17$). Это означает, что с ростом увлеченности Интернетом способность к использованию интернет-ресурсов для решения познавательных задач и саморазвития падает.

Также был произведен подсчет коэффициента корреляции между уровнем увлеченности Интернетом и временем, которое школьники проводят в сети. Как и ожидалось, между этими показателями была обнаружена сильная положительная связь ($r_{эмп.} = 0,4$; $r_{кр.} = 0,17$). Это означает, что время использования Интернета также может быть показателем увлеченности им.

Напомним, что, согласно данным А. К. Przybylski, A. Orben, N. Weinstein [Przybylski, 2020], зависимость между временем использования Интернета и уровнем социальной адаптации имеет нелинейный (параболический) характер. Точкой перегиба является время использования Интернета 1 час 03 минуты [Przybylski, 2020]. До этого значения корреляция между временем и социальной адаптацией имеет положительный характер, то есть с ростом времени использования Интернета растет и уровень социальной адаптированности. А превышение этого времени ведет уже к снижению социальной адаптированности, то есть корреляция становится отрицательной.

У опрошиваемых минимальный уровень времени использования Интернета составил 1,5 часа в день. Таким образом, в нашей выборке просто не оказалось достаточного количества школьников, использующих Интернет менее 1 часа. Поэтому полученная нами отрицательная корреляция между зависимостью от Интернета и способностью использовать его для решения познавательных задач и саморазвития в целом подтверждает «эффект Златовласки» в области когнитивного развития личности школьника.

Выводы

– С возрастом у школьников отмечается тенденция к росту использования интернет-ресурсов для решения познавательных задач и саморазвития. При этом общее количество времени пользования Интернетом с возрастом не меняется. Это свидетельствует о снижении удельного веса ис-

пользования Интернета для развлечения и общения и повышении значимости развития познавательных способностей.

– Перелом в использовании Интернета для решения познавательных задач происходит в возрасте 14-15 лет, и в более старшем возрасте эта тенденция сохраняется.

– Увеличение зависимости от Интернета в целом отрицательно связано с возможностью использовать Интернет для решения познавательных задач и саморазвития. Это означает, что превышение среднего времени нахождения в сети более 7,5 часов в день снижает вероятность использовать Интернет для решения познавательных задач и саморазвития.

– В исследовании была выявлена группа подростков, которые с трудом контролируют себя в сети Интернет, большинство таких подростков выявлены в группе 14-15-летних.

Заключение

Как показало наше исследование, Интернет играет важную роль в жизни современных школьников. При этом его использование далеко не всегда способствует познавательному развитию подростков. Способность использовать интернет-ресурс для решения познавательных задач и саморазвития повышается к 14-15 годам и остается достаточно высокой у старших школьников. При этом количество времени в Интернете, затраченного на развлечения и общение, с возрастом постепенно уменьшается. Использование сети Интернет несет достаточное количество рисков, один из которых – зависимость от Интернета. В случае такой зависимости способность к когнитивному развитию у подростков резко снижается, поэтому важно вести профилактическую работу с учащимися, которые имеют склонность к формированию интернет-зависимости.

Библиографический список

1. Аржаных Е. В. Роль виртуальных социальных сетей в жизни современного школьника. Отчет по итогам НИР / Е. В. Аржаных и др. Москва : Изд-во МГППУ, 2014. 107 с.
2. Белоусова М. В. Влияние гаджетов на развитие коммуникации, социализации и речи у детей раннего и дошкольного возраста / М. В. Белоусова, А. М. Карпов, М. А. Уткузова // Практическая медицина. 2014. № 9 (14). С. 45-50.
3. Войскунский А. Е. Феномен зависимости от Интернета // Гуманитарные исследования в Интернете. Москва : Терра-Можайск, 2000. С. 100-131.

4. Дворянчиков Н. В. Использование электронного обучения в образовательном процессе: проблемы и перспективы / Н. В. Дворянчиков, Т. В. Калашникова, Л. С. Печникова, Н. В. Фролова // Психологическая наука и образование. 2016. Т. 21. № 2. С. 76-83. doi: 10.17759/pse.2016210209
5. Дужникова А. С. Социальные сети: современные тенденции и типы пользования // Мониторинг общественного мнения. 2010. № 5 (сентябрь – октябрь). С. 245.
6. Егоров А. Ю. Современные представления об интернет-аддикциях и подходах к их коррекции // Медицинская психология в России. 2015. № 4(33). С. 4. URL: <http://mprj.ru> (Дата обращения: 07.10.2020).
7. Интернет-зависимое поведение у подростков. Клиника, диагностика, профилактика: пособие для школьных психологов / под ред. В. Л. Малыгина. Москва: Информационно-методический центр «Арсенал образования», 2010. 134 с.
8. Красильников Г. Т. Интернет в мире современного подростка: Гамельнский дудочник или млечный путь // Вестник совета молодых ученых и специалистов Челябинской области. 2016. № 4 (15). Т. 4. С. 66-72.
9. Поздняк В. В. Влияние цифровых технологий на развитие ребенка // Образование: ресурсы развития. Вестник ЛОИРО. 2019. № 2. С. 73-77.
10. Сорокина А. Б. Интернет в жизни современных детей и подростков: проблема и ресурс // Современная зарубежная психология. 2015. Т. 4. № 1. С. 45-64.
11. Титова В. В. Киберпатология: результаты исследования и пути профилактики // Вестник Моск. гос. обл. ун-та. 2017. № 4. С. 12.
12. Постановление Правительства РФ от 24 мая 2010 г. № 365 «О координации мероприятий по использованию информационно-коммуникационных технологий в деятельности государственных органов» (с изменениями и дополнениями). URL: <https://base.garant.ru/198333>
13. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174
14. Bae S., Jang J., Kim J. Good Samaritans on social network services: Effects of shared context information on social supports for strangers // International Journal of Human-Computer Studies. 2013. Vol. 71. № 9. P. 900-918. doi: 10.1016/j.ijhcs.2013.04.004.
15. Joinson Adam N. Looking at, looking up or keeping up with people? Motives and use of Facebook. SIGCHI 2008; 1027-1036.
16. Przybylski A. K., Orben A., Weinstein N., Much Is Too Much? Examining the Relationship Between Digital Screen Engagement and Psychosocial Functioning in a Confirmatory Cohort Study / Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry Volume 59, Number 9. September 2020:1080-1088.
17. Przybylski AK, Weinstein N. A large-scale test of the Goldilocks hypothesis: quantifying the relations between digital-screen use and the mental well-being of adolescents. Psychol Sci. 2017;28:204-215.
18. Przybylski AK, Weinstein N. Digital Screen Time Limits and Young Children's Psychological Well-Being: Evidence From a Population-Based Study. Child Dev. 2019; 90(1): 56-65.
19. Spiliotopoulos T., Oakley I. Understanding Motivations for Facebook Use: Usage Metrics, Network Structure, and Privacy // Proceedings of the 2013 ACM annual conference on Human Factors in Computing Systems, 2013/4/27;3287-3296.
20. Turkle, Sh. Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other. Exp., Rev. ed. New York: Basic Books, 2017. 400 p.

Reference list

1. Arzhanyh E. V. Rol' virtual'nyh social'nyh setej v zhizni sovremennogo shkol'nika. Otchet po itogam NIR = The role of virtual social networks in the life of a modern student. Report on research results / E. V. Arzhanyh i dr. Moskva : Izd-vo MGPPU, 2014. 107 s.
2. Belousova M. V Vlijanie gadzhetov na razvitie kommunikacii, socializacii i rechi u detej rannego i doskol'nogo vozrasta = The impact of gadgets on the development of communication, socialization and speech in early and preschool age children / M. V. Belousova, A. M. Karpov, M. A. Utkuzova // Prakticheskaja medicina. 2014. № 9 (14). S. 45-50.
3. Vojskunjiskij A. E. Fenomen zavisimosti ot Interneta = The phenomenon of the Internet addiction // Gumanitarnye issledovanija v Internete. Moskva : Terra-Mozhajska, 2000. S. 100-131.
4. Dvorjanchikov N. V. Ispol'zovanie jelektronnogo obuchenija v obrazovatel'nom processe: problemy i perspektivy = Using e-learning in the educational process: challenges and perspectives / N. V. Dvorjanchikov, T. V. Kalashnikova, L. S. Pechnikova, N. V. Frolova // Psihologicheskaja nauka i obrazovanie. 2016. T. 21. № 2. С. 76-83. doi: 10.17759/pse.2016210209
5. Duzhnikova A. S. Social'nye seti: sovremennye tendencii i tipy pol'zovanija = Social networks: current trends and types of use // Monitoring obshhestvennogo mnenija. 2010. № 5 (sentjabr' – oktjabr'). S. 245.
6. Egorov A. Ju. Sovremennye predstavljenija ob internet-addicijah i podhodah k ih korrekcii = Modern ideas about Internet addictions and approaches to their correction // Medicinskaja psihologija v Rossii. 2015. № 4(33). С. 4. URL: <http://mprj.ru> (Data obrashhenija: 07.10.2020).
7. Internet-zavisimoe povedenie u podrostkov. Klinika, diagnostika, profilaktika = Adolescents' Internet-addicted behavior. Clinic, diagnostics, prevention: posobie dlja shkol'nyh psihologov / pod red. V. L. Maljgina. Moskva : Informacionno-metodicheskij centr «Arsenal obrazovanija», 2010. 134 s.
8. Krasil'nikov G. T. Internet v mire sovremennogo podrostka: Gamel'nskij dudochnik ili mlechnyj put' = In-

ternet in the world of a modern teenager: Hameln dock or milky way // Vestnik soveta molodyh uchenyh i specialistov Cheljabinskoy oblasti. 2016. № 4 (15). T. 4. S. 66-72.

9. Pozdnjak V. V. Vlijanie cifrovyyh tehnologiy na razvitiye rebenka = The impact of digital technology on child development // Obrazovanie: resursy razvitiya. Vestnik LOIRO. 2019. № 2. S. 73-77.

10. Sorokina A. B. Internet v zhizni sovremennykh deitej i podrostkov: problema i resurs = Internet in the life of modern children and adolescents: a problem and resource // Sovremennaja zarubezhnaja psihologija. 2015. T. 4. № 1. S. 45-64.

11. Titova V. V. Kiberpatologija: rezul'taty issledovaniya i puti profilaktiki = Cyberpathology: research findings and prevention pathways // Vestnik Mosk. gos. obl. un-ta. 2017. № 4. S. 12.

12. Postanovlenie Pravitel'stva RF ot 24 maja 2010 g. № 365 «O koordinacii meroprijatij po ispol'zovaniju informacionno-kommunikacionnykh tehnologij v dejatel'nosti gosudarstvennykh organov» (s izmenenijami i dopolnenijami) = Decree of the Government of the Russian Federation of May 24, 2010 № 365 «On the coordination of measures for the use of information and communication technologies in the activities of state bodies» (with amendments and additions). URL: <https://base.garant.ru/198333>

13. Federal'nyj zakon «Ob obrazovanii v Rossijskoj Federacii» ot 29.12.2012 № 273-FZ. Federal Law «On Education in the Russian Federation» dated 29.12.2012 No. 273-FZ. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174

14. Bae S., Jang J., Kim J. Good Samaritans on social network services: Effects of shared context information on social supports for strangers // International Journal of Human-Computer Studies. 2013. Vol. 71. № 9. P. 900-918. doi: 10.1016/j.ijhcs.2013.04.004.

15. Joinson Adam N. Looking at, looking up or keeping up with people? Motives and use of Facebook. SIGCHI 2008; 1027-1036.

16. Przybylski A. K., Orben A., Weinstein N., Much Is Too Much? Examining the Relationship Between Digital Screen Engagement and Psychosocial Functioning in a Confirmatory Cohort Study / Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry Volume 59. Number 9. September 2020:1080-1088.

17. Przybylski AK, Weinstein N. A large-scale test of the Goldilocks hypothesis: quantifying the relations between digital-screen use and the mental well-being of adolescents. Psychol Sci. 2017;28:204-215.

18. Przybylski AK, Weinstein N. Digital Screen Time Limits and Young Children's Psychological Well-Being: Evidence From a Population-Based Study. Child Dev. 2019; 90(1): 56-65.

19. Spiliotopoulos T., Oakley I. Understanding Motivations for Facebook Use: Usage Metrics, Network Structure, and Privacy // Proceedings of the 2013 ACM annual conference on Human Factors in Computing Systems, 2013/4/27;3287-3296.

20. Turkle, Sh. Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other. Exp., Rev. ed. New York: Basic Books, 2017. 400 p.