



НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ



Institute for Social Sciences
Институт общественных наук



Перекресток
Есть куда расти



МОСКОВСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ



Организация
Объединенных Наций по
вопросам образования,
науки и культуры



Институт ЮНЕСКО
по информационным
технологиям
в образовании

ПОДРОСТОК В МЕГАПОЛИСЕ



ДИСТАНЦИОННОЕ ВЗРОСЛЕНИЕ

6-8 апреля 2021 года

МОСКВА

CONFERENCE.PEREKRESTOK.INFO

Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики»
Институт образования НИУ ВШЭ
НП СРДП «Перекресток Плюс»
Институт общественных наук РАНХиГС
Московская высшая школа социальных и экономических наук
Московский государственный психолого-педагогический университет
Институт ЮНЕСКО по информационным технологиям в образовании

**ПОДРОСТОК В МЕГАПОЛИСЕ:
ДИСТАНЦИОННОЕ ВЗРОСЛЕНИЕ**

Сборник трудов
XIV Международной научно-практической конференции
6–8 апреля 2021 года
Электронное издание

Москва
2021

УДК 316.6
ББК 88.4
П44

Подросток в мегаполисе: дистанционное взросление: сб. трудов XIV Междунар. научно-практич. конф. (6–8 апреля 2021 года, Москва) [Электронный ресурс] / сост. А.А. Бочавер, М.Я. Кац; отв. ред. А.А. Бочавер; Нац. исслед. ун-т «Высшая школа экономики», Ин-т образования. — Электрон. текст. дан. (объем 12,3 Мб). — М.: Нац. исслед. ун-т «Высшая школа экономики», 2021. — 174 с. — ISBN 978-5-7598-2419-0.

В сборнике представлены статьи участников XIV Международной научно-практической конференции «Подросток в мегаполисе: дистанционное взросление» (6–8 апреля 2021 года, Москва). Статьи, вошедшие в сборник, посвящены социально-психологическим практикам и эмпирическим исследованиям подростков, с разных сторон затрагивающим вопросы благополучия и активности подростков в интернете и других средах. Особое внимание уделяется вопросам совладания с ситуацией пандемии — длительного периода стресса и неопределенности, режима самоизоляции, перехода школ и вузов на дистанционное обучение, дефицита общения и др.

УДК 316.6
ББК 88.4

На обложке — фотографии с сайта [Unsplash.com](https://unsplash.com)
ISBN 978-5-7598-2419-0

© Национальный исследовательский университет
«Высшая школа экономики»,
Институт образования, 2021

Многозадачность в повседневной деятельности подростков в условиях дистанционного обучения

*Г.В. Солдатова,
С.В. Чигарькова,
А.Г. Кошечкина,*

Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова,
Москва, Россия

Представлены результаты дневникового исследования повседневной многозадачности подростков в условиях самоизоляции и дистанционного обучения ($N = 67$). Результаты показывают распространенность режима многозадачности в повседневной жизни подростков и высокую субъективную оценку его эффективности. Пик многозадачности связан с активным совмещением дистанционного обучения и онлайн-общения в будние дни.

Ключевые слова: многозадачность, медиамногозадачность, подростки, дневниковый метод, самоизоляция.

Проблема многозадачности в повседневной деятельности человека приобретает особое значение в условиях интенсификации использования персональных мобильных цифровых устройств, провоцирующих формат совмещения нескольких дел. Особенно актуально этот вопрос стоит для подростков, являющихся, с одной стороны, активными пользователями цифровых устройств, с другой — оказавшихся в специфической ситуации резкого перехода в дистанционный формат обучения в связи с распространением коронавирусной инфекции. Привычная учебная офлайн-активность в стенах класса сменилась на уроки в онлайн-формате, интенсивнее погружая подростков в смешанную онлайн-офлайн реальность между экраном Zoom и домашним бытом. При росте значимости цифровой среды в социализации детей и подростков исследования медиамногозадачности данных возрастных групп пока недостаточно распространены и в большей степени проводятся на основе опросных листов, иногда в лабораторных условиях или с помощью психодиагностических методик, не позволяющих выяснить целостную картину предпочитаемых стратегий поведения в повседневной жизни.

Поскольку использование цифровых устройств — неотъемлемая часть повседневности, сам факт их использования иногда забывается или вовсе не осознается. Это осложняет процедуру заполнения опросника, так как респондентам становится трудно точно оценить свое поведение (Papper et al., 2004). Однако недостатки опросных методик может компенсировать ведение испытуемым дневника (Berg, 2019), поскольку при его заполнении участники

исследования фиксируют фактическое использование цифровых устройств в течение определенного периода времени (Papper et al., 2004). Одним из адекватных методов исследования повседневной многозадачности выступает, на наш взгляд, дневниковый метод. Использование дневника в качестве методического инструментария не очень распространено в исследованиях медиамногозадачности. Однако существует ряд исследований, в которых для сбора данных использовались разные модификации дневникового метода (Солдатова и др., 2019; Lindström, 2020; Papper et al. 2004).

Анализ преимуществ дневникового метода, уже имеющийся опыт использования такого метода, а также незначительное количество исследований с его использованием в области медиамногозадачности стали причиной выбора представленного дизайна исследования. Цель исследования — изучение повседневной многозадачности в деятельности подростков в условиях самоизоляции и дистанционного обучения.

Методы. Исследование проводилось с помощью онлайн-сервиса Гугл-формы. В основу исследования легла модификация дневникового метода, скорректированная после ее апробации в 2019 году (Солдатова, Рассказова, Илюхина, 2019). Методический инструментарий данного исследования состоял из нескольких блоков: общий опросник, посвященный вопросам, направленным на оценку пользовательской активности, самооценку предпочтения многозадачности и ее успешности; дневник для фиксации деятельности подростка на протяжении каждых двух часов, а также за данный промежуток времени оценка использования цифровых устройств, осуществления различных видов офлайн- и онлайн-активности, предпочтения многозадачной стратегии онлайн и офлайн, удовлетворенности от выбранной стратегии, настроения. Респонденты заполняли дневник на протяжении одного буднего и одного выходного дня по восьми временным периодам: с 8:00 до 22:00 с интервалом в 2 часа и период после 22:00 до времени отхода ко сну. Полученные описания были проанализированы с помощью контент-анализа, с обсуждением и согласованием выделенных категорий группой экспертов.

Выборку исследования составили 67 подростков: 23 юноши (34%) и 44 девушки (66%) в возрасте от 14 до 19 лет (среднее — 16,6 лет). Сбор данных проведен в апреле 2020 года.

Пользовательская активность. В будние более трети подростков (37%) проводят в сети 4–5 часов, практически каждый третий (30%) — от 6 до 8 часов, а каждый девятый (11%) — 9 часов. В выходные пользовательская активность возрастает: более трети (36%) находятся в сети по 6–8 часов в день, а каждый пятый (21%) — более 9 часов. Таким образом, по будням 40% респондентов проводит в сети более двух третей дневного времени, что характерно для высокого уровня подключенности и

гиперподключенности. По выходным же такой уровень подключенности демонстрирует уже более половины (55%) опрошенных.

Предпочтение однозадачной/многозадачной стратегии действий. Лишь 8% респондентов сообщили, что предпочитают однозадачный режим. Каждый второй (52%) «часто», а каждый третий (31%) «иногда» предпочитает делать несколько дел одновременно. При этом большинство достаточно высоко оценивают свою эффективность в формате многозадачности: у них либо все получается очень хорошо (39%), либо частично хорошо (58%).

Особенности многозадачности в будние дни. Более половины респондентов совмещают 2 и более дел в реальной жизни, отмечая, что в 90% случаев им это успешно удается. В первой половине дня респонденты в основном совмещают учебу с приемом пищи и бытовыми делами, а в вечерние часы отдых, прогулки, общение с друзьями или членами семьи, чтение. На протяжении дня более трети подростков выполняют одновременно несколько дел в интернете. Наиболее часто респонденты совмещают общение и просмотр ленты в социальных сетях с обучением онлайн. Таким образом, в качестве привычного сочетания деятельности подростка-«многозадачника» можно выделить следующие: онлайн-обучение, совмещенное с общением или просмотром ленты в социальной сети/выполнением бытовых дел/приемом пищи — в первой половине дня; и общение или просмотр ленты в социальной сети, совмещенное с отдыхом/выполнением домашних заданий/общением офлайн/просмотром кино/видеороликов — во второй половине дня. Чаще всего в режиме медиамногозадачности участники исследования работали утром, в учебное время, а также вечером — в период интенсивного онлайн-общения.

Особенности многозадачности в выходные дни. Уровень многозадачности по выходным снижается: если по будням каждый второй подросток совмещает несколько дел офлайн, то в выходные — это приблизительно каждый третий. В основном совмещают отдых с приемом пищи, бытовыми делами, учебой, чтением, просмотром фильмов или сериалов. Процент респондентов, совмещающих несколько видов онлайн-активностей, также снижается по сравнению с будними: в режиме медиамногозадачности работают около 30%. В интернете респонденты совмещают общение и просмотр ленты в социальной сети, просмотр кино или видеороликов, интернет-серфинг и игры. Наиболее выражена многозадачность в период с 12:00 до 14:00. В это время подростки-«многозадачники» совмещают следующие активности в разных сочетаниях: обучение, прием пищи, просмотр ленты с общением в социальных сетях, выполнение бытовых дел, просмотр кино и видеороликов, веб-серфинг.

Более 90% опрошенных так же, как и в будние дни, считают, что справляются с совмещением нескольких дел «хорошо» или «отлично».

Таким образом, можно выделить несколько тенденций, определяющих место формата многозадачности в повседневной жизни подростков. Подавляющее большинство подростков субъективно определяет себя как многозадачников, при этом достаточно высоко оценивая свою эффективность в таком формате. Субъективная оценка предпочтения многозадачного режима согласуется с данными о его распространенности в непосредственной деятельности подростков, при этом еще раз подтверждаются данные, полученные в многозадачном формате в рамках экспериментальных исследований (Солдатова и др., 2020), о том, что субъективная оценка эффективности оказывается завышенной по сравнению с оценкой продуктивности деятельности (скорость и правильность выполнения задач). От будних к выходным наблюдается рост пользовательской активности подростков при снижении интенсивности практики совмещения различных видов деятельности. Это может свидетельствовать о том, что предпочтение многозадачной стратегии определяется в большей степени необходимостью решения разнообразных задач при ограниченных временных ресурсах, а не активностью использования цифровых устройств. Пик многозадачности приходится именно на учебное время, которое проходило в дистанционном формате и активно дополнялось общением в социальных сетях. Возможно, такое поведение связано с необходимостью компенсации отсутствия привычных социальных контактов в стенах школы, что является важной составляющей социализации подростка. Тем не менее, требует дальнейшего изучения продуктивность такого совмещения деятельности: с одной стороны, такой формат может носить отвлекающий характер, с другой — позитивный опыт взаимодействия может повышать психологическое благополучие подростков и приводить к росту самооценки.

Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского фонда фундаментальных исследований, проект № 19-29-14181.

Литература

Солдатова Г.У., Рассказова Е.И., Илюхина С.Н. С гаджетами круглые сутки? Один день из жизни абитуриента МГУ // Дети в информационном обществе. 2019. № 31. С. 54–61.

Солдатова Г.У., Чигарькова С.В., Дренева А.А., Кошечкина А.Г. Эффект Юлия Цезаря: типы медиамногозадачности у детей и подростков // Вопросы психологии. 2020. Т. 4(66). С. 54–69.

Berg M. Media diaries as pedagogy // The International Encyclopedia of Media Literacy. 2019. P. 1–6.

Lindström J. Understanding digital distraction: a longitudinal study on disruptive everyday media multitasking among digital natives: Diss. PhD. Turku: ÅboAkademi University Press, 2020. 232 p.

Papper R., Holmes M., Popovich M. Middletown media studies. Media multitasking and how much people really use the media // The International Digital Media & Arts Association Journal. 2004. Vol. 1(1). P. 1–56.