

**Елена Ивановна Медведская**

*д-р психол. наук, доц., проф. каф. социальной педагогики и психологии  
Брестского государственного университета имени А. С. Пушкина*

**Elena Medvedskaya**

*Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor,  
Professor of the Department of Social Pedagogy and Psychology  
of Brest State A. S. Pushkin University*

e-mail: EMedvedskaja@mail.ru

## **КОГНИТИВНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ ВО ВЗАИМОДЕЙСТВИИ С ИНТЕРНЕТОМ: РЕТРОСПЕКЦИЯ ВЗРОСЛЫХ ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ**

*Рассматривается общая проблема трансформации психологии человека в условиях усиливающейся цифровизации. Представлены результаты эмпирического изучения фактологии обыденного сознания, в которой фиксируются последствия интернет-опосредованной деятельности для когнитивных процессов взрослых web-пользователей (внимание, память, мышление, речь). Исследование осуществлено на выборке педагогов с высшей квалификационной категорией (n = 200) в дизайне ретроспективного анализа. Методикой сбора эмпирических данных выступало свободное описание, содержание которого обрабатывалось посредством контент-анализа. Установлено, что позитивные изменения (как когнитивных процессов другого человека, так и своих собственных) представлены на уровне случайности. Появление таких изменений в объяснениях респондентов прямо связывается с наличием у интернет-пользователя метапозиции по отношению к технологии и сформированностью метакогнитивных навыков: целеполагания и самоконтроля.*

**Ключевые слова:** ретроспекция, взрослые интернет-пользователи, онлайн-поиск, внимание, память, мышление, речь.

### **Cognitive Changes in Interaction with the Internet: a Retrospection of Adults Users**

*The article is devoted to the general problem of transformation of human psychology in the context of increasing digitalization. The article presents the results of an empirical study of the factology of everyday consciousness, which records the consequences of Internet-mediated activity for the cognitive processes of adult web users (attention, memory, thinking, speech). The study was carried out on a sample of teachers with the highest qualification category (n = 200) in the design of a retrospective analysis. The method of collecting empirical data was a free description, the content of which was processed through content analysis. It was found that positive changes (both in the cognitive processes of another person and in one's own) are presented at the level of chance. The appearance of such changes in the explanations of respondents is directly associated with the presence of a metaposition in relation to technology in the Internet user and the formation of metacognitive skills: goal-setting and self-control.*

**Key words:** retrospection, adult internet users, online-search, attention, memory, thinking, speech.

#### **Введение**

Активное внедрение Интернета и других цифровых технологий в различные сферы жизнедеятельности взрослого человека, сформировавшегося в «доцифровую» эпоху, постепенно приводит к перестройке его традиционных видов активности.

Эта перестройка, заключающаяся в переопосредовании психических функций, сложившихся в иных социокультурных условиях, новым культурным инструментарием,

постепенно приводит и к психологическим изменениям.

Направления происходящих в текущее время когнитивных изменений прогнозируются диаметрально противоположными: от предсказаний появления гибридных форм постбиологического интеллекта [1] до вытеснения естественного интеллекта искусственным [2], поскольку информационные технологии «способны заменять или подменять высшие психические функции» [3, с. 46].

Альтернативность существующих прогнозов во многом обусловлена собственным аксиологическим отношением ученых к технологиям, что нормативно для этапа постнеклассической науки [4, с. 33].

Ее можно также объяснить противоречивостью накопленных к настоящему времени эмпирических научных данных и дефицитом исследований взрослых интернет-пользователей, поскольку интересы ученых преимущественно сосредоточены на представителях поколений Z и A, когнитивные процессы которых формируются в условиях гибридной реальности.

Необходимость и неизбежность дальнейшей цифровизации определяет актуальность более точного прогнозирования.

В сложившихся условиях академической неопределенности представляется целесообразным анализ еще одного источника информации, а именно содержания обыденного опыта, в котором отражена стихийная практика использования Интернета.

Интернет предоставляет возможность для реализации разных видов пользовательской активности.

Согласно статистическим данным, наиболее частой причиной обращения к Сети у взрослых белорусов является поиск информации [5, с. 70].

Поскольку этому опыту у белорусских пользователей порядка четверти века, то правомерно обращение к ретроспекции как «особому методу наблюдения (с фиксацией фактов по памяти) и самонаблюдения» [6, с. 422].

Цель настоящего исследования заключается в описании изменений когнитивных процессов, происходящих в процессе онлайн-поиска информации в Интернете, представленных в ретроспективе взрослых пользователей этой технологии.

Предметом исследования выступили такие процессы, как внимание, память, мышление и речь.

### **Организация исследования**

Целевой группой для сбора информации выступили педагоги, имеющие высшую квалификационную категорию, что объясняется следующими причинами.

Во-первых, по роду профессиональной деятельности это лица, являющиеся активными интернет-пользователями.

Во-вторых, это люди не только знакомые с психологией и дифференцирующие различные познавательные процессы, но и являющиеся «практическими когнитивными психологами», поскольку именно актуальное состояние этих процессов и их изменения они должны учитывать при осуществлении образовательного процесса.

Наконец, это лица, имеющие значительный опыт достаточно эффективной профессиональной деятельности, в ходе приобретения которого они должны были бы овладеть общими навыками рефлексии.

В исследовании, проведенном на протяжении 2023–2024 гг., принимали участие 200 педагогов различных специализаций (физики, химики, математики, биологи, историки, филологи) в возрасте средней зрелости от 40 до 60 лет ( $M = 49,6 \pm 5,7$ ), работающих в различных учреждениях среднего образования Брестской области.

Методикой сбора данных выступало свободное описание.

Респондентам (анонимно и добровольно) предлагалось ответить на два вопроса открытого типа: «Замечали ли вы изменения в познавательных процессах другого взрослого человека в ходе онлайн-поиска информации? Если да, то какие?» и «Замечали ли вы изменения в собственных познавательных процессах в ходе онлайн-поиска? Если да, то какие?».

Качественный контент-анализ полученных ответов позволил дифференцировать их на две категории:

- 1) общее направление изменений (позитивное или негативное);
- 2) конкретизация зафиксированных изменений.

Количественная обработка данных состояла в частотном анализе выделенных категорий.

### **Результаты и их обсуждение**

Ожидаемо, что часть поставленных вопросов осталась без ответов. Количество таких пропущенных вопросов относительно отдельных когнитивных процессов отражено в таблице 1.

Таблица 1 – Отсутствие фиксации изменений когнитивных процессов у разных объектов ретроспекции, %

| Когнитивный процесс | Объект |    | φ, p             |
|---------------------|--------|----|------------------|
|                     | другой | Я  |                  |
| Внимание            | 38     | 39 | 0,2, p > 0,05    |
| Память              | 33     | 48 | 3, p < 0,001     |
| Мышление            | 40     | 70 | 6, p < 0,001     |
| Речь                | 19     | 71 | 11,02, p < 0,001 |

Данные таблицы 1 демонстрируют, что только изменения внимания оказываются одинаково часто вспоминаемыми по отношению к разным объектам ретроспекции. Трансформации иных познавательных процессов существенно лучше обнаруживаются относительно другого человека, что выступает дополнительным доказательством сложности процесса рефлексии.

Для удобства анализа результаты обработки данных контент-анализа по выделенным категориям содержатся в таблицах. Результаты частотного анализа ответов представлены в процентах от общего числа участников исследования.

#### **Внимание**

В таблице 2 отражены описания трансформаций внимания, наблюдаемые у окружающих взрослых.

Таблица 2 – Изменения внимания другого человека при онлайн-поиске, %

| Направление изменений            |     |                                                       |     |
|----------------------------------|-----|-------------------------------------------------------|-----|
| Позитивное                       |     | Негативное                                            |     |
| Улучшается                       | 0,5 | Ухудшается                                            | 8   |
|                                  |     | Снижается                                             | 4   |
|                                  |     | Притупляется                                          | 0,5 |
|                                  |     | Уменьшается                                           | 0,5 |
|                                  |     | Ослабевает                                            | 0,5 |
|                                  |     | Теряется                                              | 0,5 |
| Конкретизация изменений          |     |                                                       |     |
| Становится более сосредоточенным | 2,5 | Становится рассеянным                                 | 19  |
| Быстрее переключается            | 1   | Плохая концентрация                                   | 6   |
| Повышенное внимание к мелочам    | 0,5 | Трудности в длительной концентрации                   | 6   |
|                                  |     | Трудности в концентрации на большом объеме информации | 4   |
|                                  |     | Неустойчивое                                          | 3   |
|                                  |     | Сложности переключения                                | 2   |

Даже поверхностный взгляд на содержание таблицы 2 обнаруживает очевидное доминирование негативных по валентности трансформаций внимания.

Большинство описаний относится к его устойчивости и концентрации.

На уровне случайности фиксируются изменения переключения как в позитивном, так и в негативном направлениях.

Другие свойства внимания (объем, распределение) в ответах респондентов не фигурируют.

Содержательно близкие описания были получены и относительно изменений внимания самих респондентов (таблица 3).

При этом надо отметить, что «зеркальность» воспоминаний (т. е. дублирование ответов относительно когнитивных процессов другого человека и своих собственных) встречалась только в единичных случаях.

Таблица 3 – Изменения собственного внимания при онлайн-поиске, %

| Направление изменений                                                               |     |                                                           |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----------------------------------------------------------|-----|
| Позитивное                                                                          |     | Негативное                                                |     |
| Улучшается                                                                          | 1,5 | Ухудшается                                                | 6   |
|                                                                                     |     | Снижается                                                 | 3   |
|                                                                                     |     | Уменьшается                                               | 0,5 |
|                                                                                     |     | Ослабевает                                                | 0,5 |
|                                                                                     |     | «Залипает» в Интернете                                    | 0,5 |
|                                                                                     |     | Отключается в пользу Интернета                            | 0,5 |
| Конкретизация изменений                                                             |     |                                                           |     |
| Становится более сосредоточенным<br>Появляется «насмотренность»<br>на мелкие детали | 3,5 | Становится рассеянным                                     | 15  |
|                                                                                     | 0,5 | Плохо концентрируется<br>(трудности сосредоточения)       | 8   |
|                                                                                     |     | Становится неустойчивым                                   | 8   |
|                                                                                     |     | Сложности включения<br>в деятельность после онлайн-поиска | 2   |
|                                                                                     |     | Не удерживается долго                                     | 1,5 |
|                                                                                     |     | Сложности сосредоточения<br>на одном объекте              | 1,5 |
|                                                                                     |     | Трудности концентрации на одной теме                      | 0,5 |
|                                                                                     |     | Нарушается концентрации внимания<br>в реальности          | 0,5 |
|                                                                                     |     | Присутствует рассредоточение                              | 0,5 |
|                                                                                     |     | Становится поверхностным                                  | 0,5 |
|                                                                                     |     | Появляется ощущение «каши в голове»                       | 0,5 |
|                                                                                     |     | Отвлекаюсь на ненужное                                    | 0,5 |

Содержание таблицы 3 демонстрирует, что фактология сохранившихся в памяти респондентов изменений своего внимания также имеет преимущественно негативную валентность. В целом полученные ответы позволяют говорить о том, что интернет-практики ухудшают концентрацию внимания. Внимание становится рассеянным, что соответствует центральной его характеристике у представителей поколения Z [7; 8].

В более развернутых ответах респондентов содержатся указания на потерю пользователем самоконтроля над интернет-опосредованной деятельностью («Человек “залипает” в Интернете и не обращает внимания на происходящее в реальности», «Интернет тормозит мое внимание. Осо-

бенно на какие-то важные вещи, внимание фиксируется на ненужных мне вещах», «Нет желания долго сосредоточиваться на одной теме. Читаю по вертикали, абзацами»), а также на необходимость сознательных усилий по его сохранению («Периодически наблюдаю у себя трудности концентрации. Приходится трудиться, чтобы возвращать высокий уровень», «У всех по-разному, т. к. не все используют интернет-ресурсы одинаково»).

### **Память**

В таблице 4 отражены результаты ретроспекции относительно особенностей работы памяти других интернет-пользователей.

Таблица 4 – Изменения памяти другого человека при онлайн-поиске, %

| Направление изменений |     |                |     |
|-----------------------|-----|----------------|-----|
| Позитивное            |     | Негативное     |     |
| Улучшается            | 4,5 | Ухудшается     | 21  |
|                       |     | Ослабевает     | 12  |
|                       |     | Снижается      | 4   |
|                       |     | Атрофируется   | 0,5 |
|                       |     | Нарушается     | 0,5 |
|                       |     | Минимизируется | 0,5 |

## Окончание таблицы 4

| Конкретизация изменений                                               |     |                                |     |
|-----------------------------------------------------------------------|-----|--------------------------------|-----|
| Возможен обмен увиденным и услышанным<br>Улучшается зрительная память | 0,5 | Становится кратковременной     | 11  |
|                                                                       |     | Уменьшается объем              | 4   |
|                                                                       | 0,5 | Усиливается забывчивость       | 1,5 |
|                                                                       |     | Заполняется лишней информацией | 1,5 |
|                                                                       |     | Становится выборочной          | 0,5 |
|                                                                       |     | Становится фрагментарной       | 0,5 |
|                                                                       |     | Быстро забывается информация   | 0,5 |

Доминирующим направлением изменений памяти согласно данным таблицы 4 является ее ухудшение, затрагивающее преимущественно долговременную память и выражающееся в трудностях селекции информации для запоминания («Ухудшается. Нет необходимости запоминать информацию. Ее всегда можно посмотреть в Интернете»). Эти обыденные наблюдения полностью отвечают экспериментально доказанному на выборках молодых людей Google-эффекту запоминания, который заключается в изменении его семантики: игнорировании содержания информации и со-

хранении в памяти места ее хранения в Сети [9, р. 778; 10, р. 2564]. Этот эффект повышает вероятность появления «пустоголовых» людей с незаполненной памятью [11, р. 61].

В ответах респондентов он описывается следующим образом: «Многие вещи перестаешь откладывать в памяти, т. к. знаешь, что, нажав на „волшебную кнопку“, ты и так получишь информацию».

Содержание фактов-воспоминаний респондентов относительно собственной памяти представлено в таблице 5.

Таблица 5 – Изменения собственной памяти при онлайн-поиске, %

| Изменения в собственном опыте при анализе текста, %             |     |                                  |     |
|-----------------------------------------------------------------|-----|----------------------------------|-----|
| Направление изменений                                           |     |                                  |     |
| Позитивное                                                      |     | Негативное                       |     |
| Улучшается                                                      | 6   | Ухудшается                       | 18  |
|                                                                 |     | Снижается                        | 4   |
|                                                                 |     | Ослабляется                      | 2   |
|                                                                 |     | Переполнена                      | 1   |
|                                                                 |     | Засорена лишней информацией      | 0,5 |
|                                                                 |     | Нарушается                       | 0,5 |
|                                                                 |     | Затормаживается                  | 0,5 |
|                                                                 |     | Замедляется                      | 0,5 |
| Конкретизация изменений                                         |     |                                  |     |
| Развивается зрительная память<br>Появляется больше новых знаний | 1   | Становится кратковременной       | 5   |
|                                                                 | 0,5 | Усиливается забывчивость         | 3,5 |
|                                                                 |     | Запоминается «мусор»             | 1,5 |
|                                                                 |     | Становится избирательной         | 1   |
|                                                                 |     | Меньше мелочей держится в памяти | 1   |
|                                                                 |     | Плохо запоминается информация    | 1   |
|                                                                 |     | Становится меньше объем памяти   | 1   |

Содержание изменений собственной памяти (таблица 5) аналогично описанным выше у другого человека.

В качестве позитивных изменений (по частоте встречаемости являющимися исключениями) фиксируется тренировка памяти. В таких ответах содержится указание на Интернет как на средство достижения иных целей: «Учу слова, расширяю свой

кругозор, поэтому память улучшается», «Если Интернет используется человеком для расширения кругозора, то память укрепляется».

**Мышление**

Результаты оценки респондентами изменений мышления интернет-пользователей представлены в таблице 6.

Таблица 6 – Изменения мышления другого человека при онлайн-поиске, %

| Направление изменений           |     |                                        |     |
|---------------------------------|-----|----------------------------------------|-----|
| Позитивное                      |     | Негативное                             |     |
| Улучшается                      | 3,5 | Ухудшается                             | 10  |
|                                 |     | Снижается                              | 8   |
|                                 |     | Сужается                               | 3   |
|                                 |     | Затормаживается                        | 2,5 |
|                                 |     | Упрощается                             | 1,5 |
|                                 |     | Люди тупеют                            | 1   |
|                                 |     | Отключается                            | 0,5 |
|                                 |     | Удручающе минимизируется               | 0,5 |
| Конкретизация изменений         |     |                                        |     |
| Ускоряется (более быстрое)      | 1   | Становится менее логичным              | 6   |
| Становится более аналитичным    | 0,5 | Превращается в клиповое                | 4   |
| Становится более разносторонним | 0,5 | Ориентировано на готовые ответы        | 2   |
| Развивается фантазия            | 0,5 | Становится образным                    | 2   |
|                                 |     | Становится ограниченным                | 2   |
|                                 |     | Становится шаблонным                   | 1,5 |
|                                 |     | Становится примитивным                 | 1,5 |
|                                 |     | Становится спутанным                   | 1   |
|                                 |     | Более односторонним                    | 1   |
|                                 |     | Становится не самостоятельным          | 1   |
|                                 |     | Превращается в узконаправленное        | 0,5 |
|                                 |     | Становится скудным                     | 0,5 |
|                                 |     | Детское у взрослого                    | 0,5 |
|                                 |     | Нарушаются причинно-следственные связи | 0,5 |

Данные таблицы 6 демонстрируют содержательное разнообразие описаний негативной направленности изменений, а их конкретизация содержит описание характеристик клипового мышления/сознания [12; 13]. По мнению респондентов, мышление теряет характеристики высокого уровня своего развития – логичность и самостоятельность: «Нет

необходимости развивать мышление, ведь очень быстро можно получить готовые решения», «Люди стали меньше рассуждать, т. к. ответ можно найти в Интернете».

В таблице 7 отражены ответы респондентов, описывающие изменения собственного мышления в интернет-опосредованной деятельности.

Таблица 7 – Изменения собственного мышления при онлайн-поиске, %

| Направление изменений                                   |     |                            |     |
|---------------------------------------------------------|-----|----------------------------|-----|
| Позитивное                                              |     | Негативное                 |     |
| Развивается                                             | 4   | Ухудшается                 | 7   |
|                                                         |     | Замедляется                | 1   |
|                                                         |     | Перегружается              | 1   |
|                                                         |     | «Зависает» на увиденном    | 1   |
|                                                         |     | Перегружается              | 1   |
|                                                         |     | Снижается                  | 1   |
|                                                         |     | Отключается                | 1   |
|                                                         |     | Захламляет голову          | 1   |
|                                                         |     | Затормаживается            | 1   |
|                                                         |     | Становится некогда думать  | 0,5 |
| Конкретизация изменений                                 |     |                            |     |
| Становится более аналитичным                            | 1   | Снижается критичность      | 1   |
| Становится более быстрым                                | 0,5 | Превращается в клиповое    | 1   |
| Становится более разносторонним                         | 0,5 | Становится не креативным   | 0,5 |
| Активизируется                                          | 0,5 | Прыгает с одного на другое | 0,5 |
| Появляется много новых идей                             | 0,5 | Становится спутанным       | 0,5 |
| Обнаруживается способность видеть планируемый результат | 0,5 | Появляется боль в голове   | 0,5 |

При анализе данных таблицы 7 обращает на себя внимание идентичная по количественной выраженности и содержательной наполненности вторая категория контент-анализа, в которой конкретизируются альтернативные направления изменений. Относительно негативных изменений пользователи поясняют их появление либо ускорением темпа жизни («Некогда думать. Ищу готовые ответы и варианты»), либо возможностью отказа от усилий благодаря возможностям интернет-технологии («Лень думать самой. Тратю много времени на по-

иск готовых ответов в Интернете. Надо с этим завязывать»). В ретроспективных объяснениях позитивных изменений пользователи отмечают целевое использование Сети, например, «Если использовать Интернет только для работы, то улучшается. Если использовать как средство развлечения, то ухудшается».

### **Речь**

Итоги контент-анализа описания изменений речи другого человека как объекта ретроспекции содержатся в таблице 8.

Таблица 8 – Изменения речи другого человека при онлайн-поиске, %

| Направление изменений      |     |                                                                 |     |
|----------------------------|-----|-----------------------------------------------------------------|-----|
| Позитивное                 |     | Негативное                                                      |     |
| Развивается                | 0,5 | Ухудшается                                                      | 10  |
|                            |     | Упрощается                                                      | 5   |
|                            |     | Обедняется                                                      | 4   |
|                            |     | Страдает                                                        | 0,5 |
| Конкретизация изменений    |     |                                                                 |     |
| Обогащается словарь        | 3   | Уменьшается словарный запас                                     | 9,5 |
| Становится более грамотной | 0,5 | Появляется интернет-сленг                                       | 7   |
|                            |     | Становится более ограниченной                                   | 5,5 |
|                            |     | Появляются проблемы с выражением мысли (трудности подбора слов) | 4   |
|                            |     | Становится мало связанной                                       | 4   |
|                            |     | Люди становятся малообщительными «вживую»                       | 3,5 |
|                            |     | Становится более краткой (малословной)                          | 3   |
|                            |     | Становится невыразительной                                      | 2,5 |
|                            |     | Становится сокращенной                                          | 2   |
|                            |     | Становится заторможенной                                        | 2   |
|                            |     | Становится более примитивной                                    | 2   |
|                            |     | Появляются слова-паразиты                                       | 2   |
|                            |     | Становится пресной                                              | 1   |
|                            |     | Письменная речь становится неграмотной                          | 1   |
|                            |     | Речь становится менее выразительной                             | 1   |
|                            |     | Копируются фразы из Интернета                                   | 1   |
|                            |     | Засоряется «словами-вредителями»                                | 1   |
|                            |     | Становится конкретной                                           | 0,5 |
|                            |     | Становится торопливой                                           | 0,5 |
|                            |     | Появляется клише из Сети                                        | 0,5 |
|                            |     | Становится не развернутая                                       | 0,5 |

Содержание таблицы 8 позволяет повторить ранее сделанные заключения относительно других познавательных процессов о доминировании негативного вектора изменений, обобщить которые можно как редукцию речевого способа кодирования информации: «Становится беднее», «Отсутствуют развернутые высказывания», «Иногда

человек затрудняется сказать то, о чем думает» и т. п.

Аналогичная фактология присутствует и в описаниях трансформаций собственной речи (таблица 9).

Таблица 9 – Изменения собственной речи при онлайн-поиске, %

| Направление изменений   |   |                                       |     |
|-------------------------|---|---------------------------------------|-----|
| Позитивное              |   | Негативное                            |     |
| Развивается             | 3 | Ухудшается                            | 5   |
|                         |   | Упрощается                            | 1   |
|                         |   | Скучнеет                              | 1   |
| Конкретизация изменений |   |                                       |     |
| Обогащается словарь     | 3 | Не хватает слов, чтобы выразить мысли | 5   |
|                         |   | Появляется интернет-сленг             | 2   |
|                         |   | Речь насыщена паразитами              | 2   |
|                         |   | Возникает желание меньше говорить     | 1   |
|                         |   | Дольше формулируются мысли            | 1   |
|                         |   | Становится менее связанной            | 1   |
|                         |   | Становится заторможенной              | 0,5 |
|                         |   | Становится более лаконичной           | 0,5 |
|                         |   | Загрязняется                          | 0,5 |
|                         |   | Теряется красочность                  | 0,5 |

Разнообразие отрицательных сдвигов речи, представленных в таблице 9, респонденты объясняют следующим образом: «Нет желания самостоятельно строить любой текст. Обращаемся за образцами в Интернет», «Сложно подобрать нужные слова, поскольку в голове путаница из слов и образов» и др. Итак, в содержании обыденного сознания присутствует фактология упрощения коммуникации, процесс которой спе-

циалисты связывают с появлением особой формы устно-письменной речи, характеризующейся простотой, лаконичностью, эмоциональной насыщенностью, оперированием небольшим количеством синтаксических конструкций и доминированием разговорной лексики [14; 15].

Обобщенные данные о валентности когнитивных изменений (позитивной «+» или негативной «-») содержатся в таблице 10.

Таблица 10 – Фиксация изменений когнитивных процессов у разных объектов ретроспекции, %

| Когнитивный процесс | Направление изменений у другого человека |      |                    | Направление изменений у себя |      |                    |
|---------------------|------------------------------------------|------|--------------------|------------------------------|------|--------------------|
|                     | +                                        | -    | Ф. р               | +                            | -    | Ф. р               |
| Внимание            | 4,5                                      | 50   | 10,98, $p < 0,001$ | 5,5                          | 58   | 12,58, $p < 0,001$ |
| Память              | 5,5                                      | 58   | 12,58, $p < 0,001$ | 7,5                          | 41   | 8,35, $p < 0,001$  |
| Мышление            | 6                                        | 51,5 | 11,06, $p < 0,001$ | 7,5                          | 19,5 | 3,6, $p < 0,001$   |
| Речь                | 4                                        | 73,5 | 16,57, $p < 0,001$ | 6                            | 21   | 4,57, $p < 0,001$  |

Данные таблицы 10 свидетельствуют, что в среднем позитивные трансформации отмечаются взрослыми интернет-пользователями на уровне случайности. Их очень скромное количество в описаниях обуславливается наличием у пользователя некоторой метапозиции по отношению к Сети, сохранение которой требует определенных сознательных усилий: «В пользовании Интернетом самое главное найти правильный подход и следовать ему. Что у нас далеко не всегда получается», «Интернет – и хорошо, и плохо. Все мне позволено, но не все полезно», «Считаю, что в Интернете много полезного, только если подходить к нему с “умом”, самоконтролем во время использования».

### Заключение

Изменения когнитивных процессов при онлайн-поиске в среднем в два раза чаще фиксируются у другого человека по сравнению с собственными процессами. Исключение составляет внимание, к трансформациям которого взрослые продемонстрировали одинаковую сензитивность для разных объектов ретроспекции. Лучше всего рефлексировались изменения собственных внимания и памяти. Существенно хуже поддаются интроспекции мышление и речь. Вероятно, такая дифференциация связана с более сложным и интегративным характером мышления и речи, их прямой связью с самосознанием личности, отраженной в одной из максим Ф. де Ларошфуко: «Всяк жа-

луется на свою память, но никто не жалуется на свой ум».

Взрослыми фиксируются разные направления изменений когнитивных процессов, при этом позитивные трансформации отмечаются на уровне случайности. Основное содержание изменений заключается в следующем:

1) внимание: снижение устойчивости и концентрации;

2) память: ухудшение долговременной памяти и трудности смысловой переработки информации при ее запоминании;

3) мышление: потеря логичности и самостоятельности, ориентация на поиск готовых ответов;

4) речь: сокращение лексического запаса при увеличении слов-паразитов.

Наличие негативных изменений познавательных процессов в обыденном сознании обусловлено возможностями интернет-технологии, «соблазняющей» пользователя к минимизации собственных усилий. Присутствие позитивных изменений связывается со сформированностью у пользователя особой метапозиции по отношению к Интернету. Эта позиция предполагает обращение к Сети как к инструменту реализации собственных целей, выходящих за рамки интернет-опосредованной деятельности, и требует от пользователя высокого уровня развития произвольности.

### СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Dick, S. J. Cultural evolution the postbiological universe and SETI / S. J. Dick // *International Journal of Astrobiology*. – 2003. – № 2. – P. 65–74.
2. Carr, N. The shallows: what the Internet is doing to our brains / N. Carr. – New York : WW Norton, 2011. – 304 p.
3. Тхостов, А. Ш. Психическое здоровье в контексте информационного общества: к вопросу об изменениях в патогенезе и патоморфозе заболеваний (на примере нарушений цикла «сон – бодрствование» / А. Ш. Тхостов, Е. И. Рассказова, В. А. Емелин // *Консультативная психология и психотерапия*. – 2019. – Т. 27, № 3. – С. 44–60.
4. Зинченко, Ю. П. Постнеклассическая методология в клинической психологии: научная школа Л. С. Выготского – А. Р. Лурия / Ю. П. Зинченко, Е. И. Первичко // *Национальный психологический журнал*. – 2012. – № 8. – С. 32–45.
5. Беларусь в цифрах – 2020 : стат. справ. – Минск : Нац. стат. ком. Респ. Беларусь, 2021. – 71 с.
6. Большой психологический словарь / под ред. В. П. Зинченко, Б. Г. Мещерякова. – М. : АСТ ; СПб. : Прайм-Еврознак, 2009. – 811 с.
7. Богачева, Н. В. Мифы о «поколении Z» / Н. В. Богачева, Е. В. Сивак. – М. : НИУ ВШЭ, 2019. – 64 с.
8. The «online brain»: how the Internet may be changing our cognition / J. Firth [et al.] // *World Psychiatry*. – 2019. – Vol. 18. – P. 119–129.
9. Sparrow, B. Google effects on memory: Cognitive consequences of having information at our fingertips / B. Sparrow, J. Liu, D. M. Wegner // *Science*. – 2011. – Vol. 333, nr 6043. – P. 776–778.
10. Dong, G. Behavioral and brain responses related to Internet search and memory / G. Dong, M. N. Potenza // *European Journal of Neuroscience*. – 2015. – Vol. 42, nr 8. – P. 2546–2554.
11. Ward, A. F. Supernormal: how the Internet is changing our memories and our minds / A. F. Ward // *Psychological Inquiry*. – 2013. – Vol. 24. – P. 341–348.
12. Гиренок, Ф. И. Клиповое сознание / Ф. И. Гиренок. – М. : Проспект, 2016. – 256 с.
13. Старицына, О. А. Клиповое мышление vs образование. Кто виноват и что делать? / О. А. Старицына // *Азимут научных исследований: педагогика и психология*. – 2018. – Т. 7, № 2 (23). – С. 270–274.
14. Курилович, Н. В. Функциональная неграмотность как угроза устойчивому развитию современного общества / Н. В. Курилович // *Наука. Культура. Общество*. – 2020. – Т. 26, № 2. – С. 53–62.
15. Пищальникова, В. А. Функциональная неграмотность как следствие утраты доминирующей функции языкового знака в цифровом информационном пространстве / В. А. Пищаль-

никова // Вестник ВГУ. Серия: Лингвистика и межкультурная коммуникация. – 2021. – № 2. – URL: <https://doi.org/10.17308/lic.2021.2/3413> (дата обращения: 30.08.2022).

## REFERENCES

1. Dick, S. J. Cultural evolution the postbiological universe and SETI / S. J. Dick // International Journal of Astrobiology. – 2003. – № 2. – P. 65–74.
2. Carr, N. The shallows: what the Internet is doing to our brains / N. Carr. – New York : WW Norton, 2011. – 304 p.
3. Tkhostov, A. Sh. Psikhichieskoje zdorov'je v kontiektstie informacionnogo obshchiestva: k voprosu ob izmienienijakh v patogenezie i patomorfozie zabolievaniy (na primierie narusheniy cikla «son – bodrstvovaniye» / A. Sh. Tkhostov, Ye. I. Rasskazova, V. A. Jemielin // Konsul'tativnaja psikhologija i psikhotierapija. – 2019. – T. 27, № 3. – S. 44–60.
4. Zinchienko, Ju. P. Postnieklassichieskaja mietodologija v klinichieskoj psikhologii: nauchnaja shkola L. S. Vygotskogo – A. R. Lurija / Ju. P. Zinchienko, Ye. I. Piervichko // Nacional'nyj psikhologichieskij zhurnal. – 2012. – № 8. – S. 32–45.
5. Bielarus' v cifrakh – 2020 : stat. sprav. – Minsk : Nac. stat. kom. Risp. Bielarus', 2021. – 71 s.
6. Bol'shoj psikhologichieskij slovar' / pod ried. V. P. Zinchienko, B. G. Mieshchieriakova. – M. : AST ; SPb. : Prajm-Jevroznak, 2009. – 811 s.
7. Bogachiova, N. V. Mify o «pokolienii Z» / N. V. Bogachiova, Ye. V. Sivak. – M. : NIU VShE, 2019. – 64 s.
8. The «online brain»: how the Internet may be changing our cognition / J. Firth [et al.] // World Psychiatry. – 2019. – Vol. 18. – P. 119–129.
9. Sparrow, B. Google effects on memory: Cognitive consequences of having information at our fingertips / B. Sparrow, J. Liu, D. M. Wegner // Science. – 2011. – Vol. 333, nr 6043. – P. 776–778.
10. Dong, G. Behavioral and brain responses related to Internet search and memory / G. Dong, M. N. Potenza // European Journal of Neuroscience. – 2015. – Vol. 42, nr 8. – P. 2546–2554.
11. Ward, A. F. Supernormal: how the Internet is changing our memories and our minds / A. F. Ward // Psychological Inquiry. – 2013. – Vol. 24. – P. 341–348.
12. Girienok, F. I. Klipovoje soznaniye / F. I. Girienok. – M. : Prospiekt, 2016. – 256 s.
13. Staricyna, O. A. Klipovoje myshlienije vs obrazovaniye. Kto vinovat i chto dielat'? / O. A. Staricyna // Azimut nauchnykh issliedovaniy: piedagogika i psikhologija. – 2018. – T. 7, № 2 (23). – S. 270–274.
14. Kurilovich, N. V. Funkcional'naja niegramotnost' kak ugroza ustojchivomu razvitiju sovremennogo obshchiestva / N. V. Kurilovich // Nauka. Kul'tura. Obshchiestvo. – 2020. – T. 26, № 2. – S. 53–62.
15. Pishchal'nikova, V. A. Funkcional'naja niegramotnost' kak sledstvije utraty dominirujushchiej funkicii jazykovogo znaka v cifrovom informacionnom prostranstvie / V. A. Pishchal'nikova // Vestnik VGU. Sierija: Lingvistika i miezhkul'turnaja kommunikacija. – 2021. – № 2. – URL: <https://doi.org/10.17308/lic.2021.2/3413> (data obrashchienenija: 30.08.2022).

*Рукапіс надрукує у редакцію 07.05.2025*