

Белинская Е.П. Совладание с трудностями в эпоху новых информационных технологий: возможности и ограничения



English version: [Belinskaya E.P. Coping with challenges in the era of new information technologies: opportunities and limitations](#)

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

[Сведения об авторе](#)

[Литература](#)

[Ссылка для цитирования](#)

Рассматривается проблема влияния реалий информационного мира на процессы совладания человека с трудными жизненными ситуациями. Выделяются два возможных направления исследований: первое, связанное с изучением изменений в системе ресурсов совладания человека и актуальных трансформаций процессов категоризации им трудных ситуаций, и второе, ориентированное на анализ процессов совладания с возможными рисками самой информационной среды. Отмечается неоднозначность, противоречивость и недостаточность имеющихся на сегодняшний день эмпирических данных; подчеркивается, что исходная дихотомия понимания роли интернет-коммуникации в развитии человека (трактовка ее как компенсаторной vs комплементарной) задает определенные ограничения и в понимании реалий совладания в информационную эпоху.

Ключевые слова: новые информационные технологии, информационная социализация, интернет-коммуникация в социальных сетях, совладание с трудными жизненными ситуациями, социальные и личностные ресурсы совладания, стратегии совладания, идентичность, кибербуллинг

Современный мир неразрывно связан с новыми информационными технологиями. Они трансформируют все социальное пространство, встраиваются в процесс социализации практически на всех его этапах, а их активное использование становится для человека новым способом опосредствования всей системы своих представлений и переживаний. Фактически можно говорить о том, что социальная ситуация развития человека во всех возрастах уже не может быть помыслена без учета ее информационно-технологического компонента, и потому неслучайно сегодня все большее распространение приобретают исследования информационной социализации [Авдулова, 2011; Марцинковская, 2012; Белинская, 2013].

Если принять – со всеми ограничениями, вытекающими из очевидной неравномерности «информатизации» мира, – идею идущей глобальной трансформации процесса культурно-исторического развития человека под влиянием новых информационных технологий [Тхостов, Сурнов, 2005], то тогда одним из интересных сюжетов становится вопрос о том, как меняются в этой связи процессы совладания с трудными жизненными ситуациями. Прежде чем обратиться к нему, остановимся на том, какие в целом изменения в процессах социального развития человека заданы новыми информационными технологиями, – ведь очевидным является тот факт, что реакция человека на возникающие трудности составляет их неотъемлемую часть.

Представляется, что эти изменения могут затрагивать следующие три сферы. Прежде всего, изменения происходят в процессах восприятия и категоризации социальной информации: ведь

закономерное при активном интернет-пользовании доминирование аудиовизуального канала и опыта «клипового мышления» приводит к снижению рефлексивности. В результате ведущей составляющей представлений человека о социальном мире становится образ [Белинская, 2013]. Интересно, однако, что это достаточно очевидное с теоретической точки зрения утверждение (различные способы получения опыта влияют на специфику познавательных процессов) до сих пор не имеет развернутой эмпирической доказательной базы. Как отмечается, даже на детских и подростковых выборках исследования трансформаций когнитивных процессов в условиях активной интернет-коммуникации дают весьма противоречивые результаты, хотя тезис о перцептивных и интеллектуальных особенностях детей, взрослеющих в информационную эпоху, сегодня усердно тиражируется СМИ и внедряется в общественное сознание.

Интересный обзор этих исследований, а также возможных причин социальной востребованности представлений о принципиальной инаковости детей компьютерной эпохи (так называемых digital natives) можно найти в работе Г.В.Шуковой. Подытоживая ряд зарубежных исследований этого вопроса, она отмечает, что изменения в восприятии и усвоении информации у современных подростков по сравнению с предшествующими поколениями существуют, но степень их всеобщности и радикальности эмпирически не подтверждается [Шукова, 2013] – в том числе и в силу еще крайне немногочисленных попыток изучения. Заметим, что аналогичные исследования на других возрастных выборках практически отсутствуют.

Вторым (и, заметим сразу, более эмпирически «освоенным») направлением возможной содержательной динамики социального развития человека в информационную эпоху является трансформация его коммуникативного опыта. Как известно, исследования специфики интернет-коммуникации уже традиционно доминируют в психологических работах, составляя основную часть всей «психологии Интернета» [Войскунский, 2010]. Но, как и в первом случае, эмпирические данные отличает достаточная противоречивость, касающаяся, прежде всего, особенностей нормативной регуляции подобной коммуникации. Так, например, согласно одной точке зрения, при сетевой коммуникации люди обращают меньшее внимание на соблюдение социальных норм, что делает такое общение менее формальным, более доверительным [Boyd, Ellison, 2007]. В соответствии с другой позицией, стремясь уменьшить неопределенность сетевой коммуникации, пользователи активно выступают за соблюдение социальных норм и не только строят свою коммуникацию более нормативно, но и опираются при этом преимущественно на свою социальную идентичность [Postmes, 2001].

Аналогичная противоречивость наблюдается и в результатах, касающихся содержательной стороны норм сетевой коммуникации. Так, нередко отмечающаяся норма взаимопомощи (преобладание кооперации, демонстрация согласия, дружелюбие и возможность повышения пользователем своего сетевого статуса за счет подобного коммуникативного поведения) сочетается с проявлениями агрессии в коммуникации [Волохонский и др., 2006]. Подчеркнем, что, с нашей точки зрения, интерпретационная рамка и для первых, и для вторых результатов может быть практически одинакова – и в том и в другом случае они могут быть объяснены высокой степенью неопределенности интернет-коммуникации и, вследствие этого, неопределенностью границ «Я» любого пользователя [Белинская, 2013].

Третьим возможным вектором трансформаций процесса социализации под влиянием новых информационных технологий представляется динамика сферы самосознания. Начиная с самых первых работ в области психологии Интернета, вопрос об изменениях представлений человека о себе в контексте виртуального общения и взаимодействия является одной из «исследовательских констант» [Gavin, 2007; Marcus et al., 2006]. Как и в первом случае, в основе популярности темы лежит достаточно закономерное теоретическое предположение. А именно – расширенные возможности ролевого экспериментирования и увеличение количества максимально управляемых самопрезентаций (сегодня – преимущественно через создание личных профилей и страниц в социальных сетях) могут задавать пользователю как новые основания для самокатегоризации, так и новые причины для Я-изменений. Однако и в данном случае имеющаяся на сегодняшний день

эмпирическая картина далеко неоднозначна [Войскунский, 2010; Белинская, 2013; Matsuba, 2006].

Влияние информационных технологий на совладание: постановка проблемы

В силу изложенного выше проблема влияния реалий информационного мира на те или иные аспекты совладания с трудностями, очевидно, должна содержать в себе потенциальную неоднозначность решений – в силу как минимум трех обстоятельств.

Во-первых, сегодня все более процесс совладания с трудностями мыслится исследователями как необходимый и постоянный элемент повседневной жизни. В отличие от исследований еще двадцатилетней давности фокус исследовательского интереса однозначно сместился от анализа преодоления воздействия объективных и сильных стрессоров к изучению саморегуляции в ситуации столкновения с субъективными трудностями, чья «событийность» есть результат чисто когнитивных оценок [Крюкова, 2008; Ялтонский, 2010; Битюцкая, 2011]. Эта «повседневность совладания» происходит – в том числе – в информационном пространстве, которое, как уже было отмечено, оказывает неоднозначное влияние на процессы социальной категоризации и, возможно, тем самым и на оценки субъективных трудностей.

Во-вторых, значительный интерес для исследователей совладания представляет проблема эффективности тех или иных его стратегий. Заметим, что в наибольшей степени это касается такой стратегии преодоления трудностей, как поиск социальной поддержки (см., например [Рассказова, Гордеева, 2011]). Очевидно, что в условиях информационного мира социальная поддержка может быть оказана не только реально, но и виртуально, – и неминуемо будет «попадать под влияние» неоднозначных норм виртуальной коммуникации.

Наконец, в-третьих, определенным вектором сегодня в изучении процесса совладания становится понимание его как принципиально субъектного. Так, многие современные теоретические модели эффективного копинга акцентируют внимание на способности человека гибко относиться к своим целям [Ялтонский, 2010], трактуют совладание как процесс активного и осознанного взаимодействия человека с ситуацией [Крюкова, 2008], понимают трудные жизненные ситуации как требующие от человека максимальной реализации ресурсов субъектной регуляции [Сергиенко, 2009] и связывают процесс конструктивного совладания с возможностью и способностью человека реализовать богатый репертуар конкретных копинг-стратегий [Хачатурова, 2013]. Эти характеристики субъекта совладания, очевидно, могут разворачиваться и в виртуальном пространстве, которое, однако, как уже отмечалось, влияет на субъектность своих adeптов совсем не однозначно.

Попытаемся, тем не менее, наметить возможные линии изучения проблематики совладания с жизненными трудностями в ситуации усиливающихся трендов информационной эпохи. Представляется, что перед исследователями стоят как минимум два основных вопроса.

Во-первых, это вопрос о том, как в целом влияет реальность виртуальной коммуникации, все большая погруженность нашего современника в мир новых информационных технологий, на процесс совладания. Каковы возможности и ограничения использования виртуальной реальности как ресурса копинга? Как включение в информационный мир влияет (и влияет ли?) на восприятие человеком тех или иных ситуаций своей жизни как трудных? Каковы возможные метаморфозы известных стратегий копинга при условии их «развертывания» в виртуальной коммуникации?

Второй вопрос (и направление исследований) связан с возможным изучением процессов совладания с самой виртуальной реальностью. Насколько сама интернет-коммуникация содержит в себе какие-либо риски? Как, когда и почему та или иная ситуация коммуникации в социальных сетях начинает

восприниматься человеком как трудная и требующая совладания? Может ли то или иное отношение человека к процессам виртуальной коммуникации или же само поведение в сетевом общении рассматриваться как конкретный вид копинга?

Подчеркнем, что, с нашей точки зрения, только одновременное решение этих двух вопросов (т.е., с одной стороны, исследование влияния новых информационных технологий на процесс совладания в «обычной» реальности, а с другой – изучение особенностей «виртуального» копинга) и создает возможность для утверждения о том, что сегодня новые информационные технологии являются одновременно и средством, и средой социального развития личности. Остановимся на некоторых соображениях относительно каждого из них.

Возможные «линии влияния» интернет-коммуникации на процесс совладания

В том, что касается вопроса потенциального влияния новых информационных технологий, и в частности интернет-коммуникации, на процесс совладания в целом, то представляется, что в нем можно выделить как минимум три грани.

Прежде всего, во-первых, очевидно, что активное включение человека в виртуальную коммуникацию (прежде всего – посредством социальных сетей) влияет на его основные ресурсы копинга. Так, социальные ресурсы совладания неминуемо расширяются за счет увеличения партнеров по сетевой коммуникации, что заставляет предположить увеличение возможностей социальной поддержки во всех ее ипостасях – информационной, эмоциональной, инструментальной. Более того, в силу чисто технологических причин социальная поддержка за счет партнеров по сетевой коммуникации предстает как более частотная, включающая в себя очень разных по своему социальному положению субъектов помощи, более доступная и – за счет возможностей дистанционного и безопасного уточнения – как, возможно, и более адекватная. Иными словами, изменение социальной поддержки в ситуации виртуальной коммуникации потенциально может идти по всем ее параметрам.

Однако исследования, пусть еще и немногочисленные [Белинская, 2013; Гриценко, Ефременко, 2013; Leung, 2007], взаимосвязи характера социальной поддержки как ресурса копинга у пользователей социальных сетей дают гораздо менее однозначную картину. Так, например, в нашем недавнем исследовании на выборке старших подростков из трех городов (Москвы, Екатеринбурга, Якутска) оказалось, что, несмотря на разветвленную сеть виртуальных друзей и включение части из них в реальную коммуникацию, четвертая часть активных пользователей очень часто отмечает у себя наличие чувства одиночества онлайн, причем это переживание не зависит от пола, места проживания, а также от момента перехода из школы в вуз. И хотя в целом коммуникативное пространство социальных сетей оценивается ими в целом более благоприятно, чем пространство собственной реальной коммуникации (в частности, такой оценке способствует более частая, нежели в реальности, частота общения в нем с друзьями и использование его как ресурса для установления новых дружеских связей), большая часть опрошенных отмечает, что в случае тех или иных трудностей в жизни они предпочтут взаимодействовать скорее с теми друзьями, с которыми имеют контакты и в реальной жизни, нежели с теми, кто представлен в общении лишь виртуально [Белинская, 2013].

В случае же взрослых респондентов при исследовании возможностей интернет-форумов как источника социальной поддержки выяснилось, что те, кто обращается к такому ресурсу, в два раза чаще сталкиваются с неконструктивными высказываниями в свой адрес (дискредитацией своей позиции, критикой личностных особенностей и т.п.), нежели с попытками эмоциональной или информационной поддержки [Гриценко, Ефременко, 2013]. Тем самым, скорее всего, следует согласиться с точкой зрения, что поиск социальной поддержки в случае тех или иных стрессовых

событий жизни через общение в социальных сетях хотя и становится все более и более распространенным, далеко не всегда приводит к эффективному результату, выступая скорее новым видом эмоционально-ориентированного копинга, нежели способом оптимизации стратегии поиска социальной поддержки [Leung, 2007].

Можно также предположить, что активное включение человека в пространство социальных сетей влияет и на личностные ресурсы совладания с трудностями – прежде всего, через возможную динамику его представлений о себе самом. Особенности Я-концепции и идентичности уже традиционно рассматриваются как один из значимых личностных ресурсов совладания, а трансформации Я и идентичности в ситуации активной интернет-коммуникации неоднократно исследовались. И хотя эмпирические данные относительно особенностей идентичности активных пользователей довольно противоречивы (впрочем, как и большая часть эмпирики относительно влияния интернет-коммуникации на личность пользователя), однако в целом они свидетельствуют о большей гибкости и неоднозначности их Я-представлений. В свою очередь, гибкая и дифференцированная структура Я связана с гибким репертуаром копинг-стратегий, что в большинстве случаев оценивается как залог эффективности совладания [Журавлев и др., 2008].

Однако эмпирические данные о гибкости и неоднозначности структуры Я активных пользователей в основном получены до начала бума социальных сетей, последние же сегодня все теснее и теснее «переплетаются» с реальным общением, что неминуемо нивелирует возможные эффекты интернет-коммуникации. В силу этого отмечаемое еще чуть более десятилетия назад «множественное Я» человека эпохи новых информационных технологий, скорее всего, понемногу становится метафорой прошлого. И потому однозначно утверждать, что имеет место его ресурсное влияние на процесс совладания, вряд ли возможно.

Во-вторых, представляется логичным обозначить возможное влияние новых информационных технологий на совладание через изменение восприятия человеком самой трудной ситуации, требующей копинга. Известно, что к числу наиболее часто отмечающихся в исследованиях характеристик трудной ситуации относят ее длительность и степень контролируемости [Битюцкая, 2011]: мы скорее отнесем к «трудной» ситуацию, продолжительность которой для нас неизвестна и которая кажется нам неподконтрольной. С нашей точки зрения, общение в социальных сетях, как и другие варианты интернет-коммуникации, может влиять на оба эти параметра категоризации трудной ситуации: во многих исследованиях виртуального общения отмечается факт изменения адекватности оценки в этой ситуации привычных временных интервалов (их недооценка) и одновременно возрастание степени субъективной контролируемости хода коммуникации [Войскунский, 2010]. Иными словами, можно предположить, что развернутый опыт общения посредством социальных сетей имеет неоднозначное влияние на параметры категоризации трудных ситуаций: их длительность может недооцениваться, а степень контролируемости со стороны субъекта переоцениваться. В совокупности это потенциально приводит к снижению эффективности совладания – известно, что возможности конструктивного копинга снижаются, если есть несоответствие когнитивной оценки ситуации [Ялтонский, 2010; Рассказова, Гордеева, 2011].

Наконец, в-третьих, можно также предположить, что активное использование интернет-коммуникации трансформирует сами основные стратегии копинга (проблемно-ориентированные, эмоционально-ориентированные, поиск социальной поддержки и уход). Помимо уже отмеченных выше неоднозначных метаморфоз стратегии поиска социальной поддержки, представляется, что и оставшиеся три стратегии имеют неоднозначную динамику. Так, например, можно предположить, что в случае склонности человека к проблемно-ориентированным копингам опыт активного пользования будет усиливать эту направленность – в силу сформировавшейся переоценки степени контролируемости жизненных ситуаций, но при этом «работать против» конечной эффективности совладания. В случае же преобладания у человека эмоционально-ориентированных стратегий тот же опыт активного пользования может уменьшать их использование – в силу неоднократно отмечавшегося в исследованиях интернет-пользователей факта снижения у них уровня эмоционального интеллекта.

Что же касается стратегии ухода, то, очевидно, можно предположить, что активное пользование социальными сетями предоставляет максимальные возможности для ее усиления. Более того, само активное включение в интернет-коммуникацию, вплоть до вариантов интернет-зависимости, может быть рассмотрено в качестве одного из вариантов ухода как стратегии копинга. Однако эмпирическое изучение взаимосвязи склонности к интернет-зависимому поведению и стратегий совладания с трудными жизненными ситуациями демонстрирует несколько иную картину. А именно: высокая степень увлеченности интернет-коммуникацией положительно коррелирует лишь с проблемно-ориентированными стратегиями копинга, причем как в отношении реальных трудных жизненных ситуаций, так и в отношении тех трудностей, которые возникают в самой виртуальной коммуникации [Белинская, 2009].

Заключение

В заключение заметим, что сама интернет-коммуникация может стать источником тех или иных трудностей и потребовать совладания. И это не удивительно – ведь пространство интернета объективно содержит в себе целый ряд рисков (контентных, коммуникативных, электронных, потребительских и т.п.). Но прежде всего это касается ситуаций агрессии в виртуальной коммуникации: неслучайно сегодня исследования умышленных агрессивных действий с использованием электронных форм контакта (кибербуллинга), особенно на подростково-юношеской части активных пользователей, становятся все более и более востребованными. Так, на российской выборке подобное исследование показало, что социальные сети – самое популярное место кибербуллинга в России: каждый пятый подросток отмечает, что становился его жертвой [Солдатова, Зотова, 2011]. При этом способы совладания с ним включают в себя целый спектр конкретных видов копинга, причем исследователи отмечают некоторое преобладание среди них активных стратегий и поиска социальной поддержки.

Итак, на сегодняшний день затруднительно – прежде всего, в силу крайне недостаточного эмпирического освоения проблемы – однозначно определить возможное влияние новых информационных технологий на феноменологию совладания с трудными жизненными ситуациями. Новая информационная эпоха, превращающая, по меткому выражению Э.Тоффлера, всю жизнь современного человека в бесконечную череду быстро сменяющихся друг друга ситуаций, задает для совладания с ними и новые возможности, и новые ограничения [Тоффлер, 2002].

Финансирование

Исследование выполнено при поддержке Российского гуманитарного научного фонда, проект 14-06-00730 «Трансформации высших психических функций в условиях развития информационного общества (культурно-исторический подход)».

Литература

Авдулова Т.П. Тенденции социализации подростков в контексте информационных предпочтений. Психологические исследования, 2011, №. 6(20), 8. <http://psystudy.ru>

Белинская Е.П. Взаимосвязь интернет-зависимости и стратегий совладания с трудными жизненными ситуациями. В кн.: А.Е. Войскунский (Ред.). Интернет-зависимость. Психологическая природа и динамика развития. М.: Акрополь, 2009. С. 123–138.

Белинская Е.П. Информационная социализация подростков: опыт пользования социальными сетями и психологическое благополучие. Психологические исследования, 2013, 6(30), 5. <http://psystudy.ru>

Битюцкая Е.В. Современные подходы к изучению совладания с трудными жизненными ситуациями. Вестник Московского университета. Сер. 14, Психология, 2011, No. 1, 100–111.

Войскунский А.Е. Психология и Интернет. М.: Акрополь, 2010.

Волохонский В.Л., Зайцева Ю.Е., Соколова М.М. (Ред.). Личность и межличностное взаимодействие в сети Internet. Блоги: новая реальность: Сборник статей. СПб.: С.-Петербург. гос. университет, 2006.

Гриценко В.В., Ефременко М.Н. Интернет-форум как среда психологической поддержки супругов из семей трудовых мигрантов в ситуации вынужденного расставания. Современные исследования социальных проблем, 2013, 4(24). <http://sisp.nkras.ru>

Журавлев А.Л., Крюкова Т.Л., Сергиенко Е.А. (Ред.). Совладающее поведение. Современное состояние и перспективы. М.: Институт психологии РАН, 2008.

Крюкова Т.Л. Человек как субъект совладающего поведения. Психологический журнал, 2008, 2(2), 88–95.

Марцинковская Т.Д. Информационная социализация в изменяющемся информационном пространстве. Психологические исследования, 2012, 5(26), 7. <http://psystudy.ru>

Рассказова Е.И., Гордеева Т.О. Копинг-стратегии в психологии стресса: подходы, методы и перспективы. Психологические исследования, 2011, 3(17). <http://psystudy.ru>

Сергиенко Е.А. Контроль поведения: индивидуальные ресурсы субъектной регуляции. Психологические исследования, 2009, 5(7). <http://psystudy.ru>

Солдатова Г.У., Зотова Е.Ю. Кибербуллинг в школьной среде: трудная онлайн-ситуация и способы совладания. Образовательная политика, 2011, 5(55), 48–59.

Томпфлер Э. [Toffler A.] Шок будущего. М.: АСТ, 2002.

Тхостов А.Ш., Сурнов К.Г. Влияние современных технологий на развитие личности и формирование патологических форм адаптации: обратная сторона социализации. Психологический журнал, 2005, 26(6), 16–24.

Хачатурова М.Р. Совладающий репертуар личности: обзор зарубежных исследований. Психология. Журнал Высшей школы экономики, 2013, 10(3), 160–169.

Шукова Г.В. Интенсивность цифрового опыта и возрастные особенности когнитивных процессов. Психологические исследования, 2013, 6(27), 6. <http://psystudy.ru>

Ялтонский В.М. Современные теоретические подходы к исследованию совладающего поведения. Медицинская психология в России, 2010, No. 1. <http://medpsy.ru>

Boyd D., Ellison N. Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship. Journal of Computer-Mediated Communication, 2007, 13(1), 210–230.

Gavin J. Drawing the Net: Internet identification, Internet use, and the image of Internet users. Cyberpsychology & Behavior, 2007, 10(3), 478–481.

Leung L. Stressful life events, motives for Internet use and social support among digital kids. Cyberpsychology & Behavior, 2007, 10(2), 205–214.

Marcus B., Machilek P., Schiitz A. Personality in cyberspace: personal web sites as media for personality expressions and impressions. Journal of Personal and Social Psychology, 2006, 90(6), 1014–1031.

Matsuba M.K. Searching for self and relationships online. Cyberpsychology & Behavior, 2006, 9(3), 275–284.

Postmes T. Social influence in computer-mediated communication: the effects of anonymity on group behavior. Personality and Social Psychology Bulletin, 2001, 27(10), 1243–1254.

Поступила в редакцию 26 августа 2014 г. Дата публикации: 15 декабря 2014 г.

Сведения об авторе

Белинская Елена Павловна. Доктор психологических наук, профессор, кафедра социальной психологии, факультет психологии, Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, ул. Моховая, д. 11, стр. 9, 125009 Москва, Россия; ведущий научный сотрудник, лаборатория психологии подростка, Психологический институт, ул. Моховая, д. 9, стр. 4, 125009 Москва, Россия.

E-mail: Elena_belinskaya@list.ru

Ссылка для цитирования

Стиль psystudy.ru

Белинская Е.П. Совладание с трудностями в эпоху новых информационных технологий: возможности и ограничения. Психологические исследования, 2014, 7(38), 2. <http://psystudy.ru>

Стиль ГОСТ

Белинская Е.П. Совладание с трудностями в эпоху новых информационных технологий: возможности и ограничения // Психологические исследования. 2014. Т. 7, № 38. С. 2. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: чч.мм.гггг).

[Описание соответствует ГОСТ Р 7.0.5-2008 "Библиографическая ссылка". Дата обращения в формате "число-месяц-год = чч.мм.гггг" – дата, когда читатель обращался к документу и он был доступен.]

Адрес статьи: <http://psystudy.ru/index.php/num/2014v7n38/1061-belinskaya38.html>

[К началу страницы >>](#)