

**Аюпова Аделя Айратовна,**

Студент 3 курса

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Российский государственный социальный университет»

Москва

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПОЗИТИВНОГО СОЦИАЛЬНОГО ОПЫТА У СТУДЕНТОВ ВУЗА В ЦИФРОВОЙ СРЕДЕ**

Статья посвящена анализу психологических условий, способствующих формированию позитивного социального опыта у студентов высших учебных заведений при взаимодействии с цифровой образовательной средой. Актуальность темы обусловлена стремительной цифровизацией высшего образования, ускорившейся в период пандемии COVID-19 и продолжающей трансформировать традиционные форматы обучения. Цель работы – выявить ключевые психологические факторы, определяющие успешность адаптации студентов к цифровой образовательной среде и накопление ими позитивного социального опыта. На основе анализа современных исследований установлено, что психологическая готовность к работе в цифровой среде, развитые навыки саморегуляции, сформированность цифровых компетенций и характер мотивационных установок выступают основными детерминантами успешной социализации студентов. Рассматриваются особенности коммуникации в виртуальном пространстве, специфика формирования доверительных отношений и социального капитала в условиях онлайн-взаимодействия. Особое внимание уделено противоречиям процесса цифровой социализации – с одной стороны, расширению возможностей для самопрезентации и социального взаимодействия,

с другой – рискам социальной изоляции и снижения качества межличностных контактов. Предложены практические рекомендации по организации психолого-педагогического сопровождения студентов в цифровой образовательной среде, направленные на формирование устойчивых навыков конструктивного взаимодействия, развитие критического мышления и медиабезопасности. Результаты исследования могут быть использованы при разработке стратегий цифровой трансформации вузов, проектировании образовательных программ и создании комфортной цифровой среды для всех участников образовательного процесса.

### **Ключевые слова**

цифровая образовательная среда, социальный опыт студентов, психологические условия, цифровая социализация, онлайн-обучение, саморегуляция, социальный капитал

### **Article title**

Psychological Conditions for Forming Positive Social Experience among University Students in the Digital Environment

### **Annotation**

The article analyzes psychological conditions contributing to the formation of positive social experience among university students when interacting with the digital educational environment. The relevance of the topic is determined by the rapid digitalization of higher education, accelerated during the COVID-19 pandemic and continuing to transform traditional learning formats. The aim of the work is to identify key psychological factors determining the success of students' adaptation to the digital educational environment and their accumulation of positive social experience. Based on the analysis of modern research, it has been established that psychological readiness to work in the digital environment, developed self-regulation skills, formed digital competencies, and the nature of motivational attitudes act as the main determinants of

successful student socialization. The features of communication in virtual space, the specifics of forming trusting relationships and social capital in online interaction conditions are examined. Special attention is paid to the contradictions of the digital socialization process – on the one hand, expanding opportunities for self-presentation and social interaction, on the other – risks of social isolation and reduced quality of interpersonal contacts. Practical recommendations are proposed for organizing psychological and pedagogical support for students in the digital educational environment, aimed at forming stable skills of constructive interaction, developing critical thinking and media security. The research results can be used in developing strategies for digital transformation of universities, designing educational programs, and creating a comfortable digital environment for all participants in the educational process.

### **Keywords**

digital educational environment, students' social experience, psychological conditions, digital socialization, online learning, self-regulation, social capital

## **Цифровая социализация студентов: вызовы и возможности**

Современное высшее образование переживает период масштабной трансформации, связанной с активным внедрением цифровых технологий во все аспекты учебного процесса [1; 2]. Пандемия COVID-19 существенно ускорила процессы, которые до 2020 года развивались постепенно – дистанционное обучение из дополнительного формата превратилось в базовую реальность для миллионов студентов по всему миру [3]. Впрочем, речь идет не только о вынужденном переходе на онлайн-форматы в критической ситуации.

Цифровизация образования представляет собой закономерный этап эволюции образовательных систем, отвечающий требованиям информационного общества и цифровой экономики. Молодые люди, составляющие сегодня студенческую аудиторию, принадлежат к поколению Z – так называемым «цифровым аборигенам», для которых взаимодействие с цифровыми технологиями является естественной частью повседневной жизни [4]. Это поколение социализировалось в условиях повсеместного доступа к интернету, мобильным устройствам и социальным сетям, что сформировало особые паттерны коммуникации, восприятия информации и построения социальных связей.

Однако наличие базовых пользовательских навыков работы с цифровыми устройствами не означает автоматической готовности к эффективному обучению в цифровой образовательной среде. Как показывают исследования, успешная адаптация к новым форматам образования требует сформированности комплекса специфических компетенций: от технических умений работы с образовательными платформами до развитых навыков самоорганизации и саморегуляции учебной деятельности [5; 6].

## **Структура цифровой образовательной среды вуза**

Цифровая образовательная среда университета представляет собой сложную многокомпонентную систему, охватывающую технические, методические и социально-психологические аспекты образовательного процесса [7]. Исследователи выделяют несколько ключевых элементов этой среды:

- информационно-техническая инфраструктура (образовательные платформы, электронные библиотеки, системы управления обучением);
- цифровые образовательные ресурсы и контент (электронные учебники, интерактивные материалы, видеолекции);
- инструменты коммуникации и взаимодействия (форумы, чаты, видеоконференции);
- системы мониторинга и оценки образовательных результатов.

При этом эффективность функционирования цифровой образовательной среды определяется не столько технологическими характеристиками используемых инструментов, сколько готовностью участников образовательного процесса к продуктивному взаимодействию в новых условиях [8]. Именно психологические факторы – мотивация, установки, эмоциональное отношение к цифровым технологиям – во многом определяют успешность или, напротив, затруднения студентов при переходе к онлайн-обучению.

### **Психологическая готовность к взаимодействию с цифровой средой**

Анализ эмпирических исследований позволяет выделить несколько групп психологических факторов, влияющих на формирование позитивного опыта студентов в цифровой образовательной среде. Первая группа связана с мотивационно-смысловым компонентом отношения к цифровым образовательным технологиям. Студенты с выраженной внутренней познавательной мотивацией демонстрируют большую готовность к освоению

новых форматов обучения и активнее используют возможности цифровой среды для саморазвития [9].

Внешняя мотивация, ориентированная преимущественно на получение формальных результатов (оценок, зачетов), оказывается менее эффективной в условиях дистанционного обучения, требующего высокой степени самостоятельности. Здесь проявляется значимость второй группы факторов – навыков саморегуляции и самоорганизации. Способность самостоятельно планировать учебную деятельность, контролировать процесс выполнения заданий, преодолевать отвлекающие факторы в домашних условиях становится критически важной для успешности онлайн-обучения [10].

Третья группа факторов касается уровня сформированности цифровых компетенций – не только технических навыков работы с программным обеспечением и платформами, но и умений критически оценивать информацию, обеспечивать собственную информационную безопасность, эффективно коммуницировать в виртуальном пространстве [11]. При этом, как показывают данные исследований, между техническими навыками и критическим мышлением существует определенный разрыв: современные студенты уверенно используют цифровые инструменты, но нередко испытывают затруднения в оценке достоверности источников и качества контента [12].

### **Особенности социального взаимодействия в цифровой среде**

Формирование позитивного социального опыта студентов в цифровой образовательной среде неразрывно связано с характером социальных взаимодействий, которые выстраиваются в процессе онлайн-обучения. Цифровая социализация обладает выраженной спецификой по сравнению с традиционной социализацией в условиях очного обучения [13].

Прежде всего, меняется характер коммуникации между участниками образовательного процесса. Онлайн-взаимодействие предполагает опосредованность техническими средствами, что накладывает определенные

ограничения на невербальные аспекты общения, затрудняет считывание эмоциональных реакций собеседников, снижает спонтанность диалога [14]. С другой стороны, цифровая среда открывает новые возможности для коммуникации: асинхронные форматы взаимодействия позволяют студентам более тщательно формулировать свои мысли, преодолевать барьеры стеснительности, характерные для публичных выступлений в аудитории.

Важным аспектом социального взаимодействия в цифровой среде выступает формирование социального капитала – сети доверительных отношений, взаимных обязательств и групповых норм, облегчающих взаимодействие между людьми [15]. Исследования показывают неоднозначную картину: с одной стороны, студенты отмечают снижение ощущения связанности с однокурсниками и преподавателями при переходе на дистанционный формат, уменьшение готовности обращаться за помощью и поддержкой [16]. С другой стороны, для определенной части обучающихся цифровая среда создает более комфортные условия для коммуникации и построения социальных связей.

### **Виртуальная самопрезентация и идентичность студентов**

Специфическим аспектом социального опыта в цифровой образовательной среде является виртуальная самопрезентация – то, каким образом студенты представляют себя в онлайн-пространстве [17]. Выбор никнейма, аватара, способов вербальной и невербальной коммуникации в видеоконференциях формирует определенный образ, влияющий на характер взаимодействия с другими участниками образовательного процесса.

Исследования динамики самопрезентации студентов в период массового перехода на онлайн-обучение демонстрируют постепенную трансформацию подходов: от переноса привычных паттернов поведения из социальных сетей и игровых сообществ к формированию более формализованных, «учебных» способов самопредставления [18]. Этот процесс свидетельствует о развитии рефлексии относительно контекстуальной уместности различных форм

виртуальной идентичности – понимании того, что образовательная коммуникация требует иных стратегий самопрезентации по сравнению с досуговыми онлайн-активностями.

Значимым фактором формирования позитивного опыта выступает педагогическое сопровождение процесса виртуальной самопрезентации – создание преподавателями ясных норм и ожиданий относительно уместных форм представления себя в учебной онлайн-коммуникации, моделирование конструктивных паттернов взаимодействия. При отсутствии такого сопровождения студенты могут испытывать дискомфорт и неуверенность, что негативно сказывается на их включенности в образовательный процесс [19].

### **Эмоциональный опыт студентов в цифровой среде**

Эмоциональная составляющая социального опыта в условиях цифровизации образования заслуживает особого внимания. Массовый переход на дистанционное обучение в период пандемии сопровождался повышением уровня тревожности и депрессивных проявлений у значительной части студентов [20].

Среди факторов, негативно влияющих на эмоциональное состояние обучающихся, исследователи выделяют:

- технические проблемы (нестабильность интернет-соединения, недостаточное техническое оснащение рабочего места);
- возросшую учебную нагрузку и необходимость одновременного освоения предметного содержания и новых цифровых инструментов;
- ограничение непосредственного социального взаимодействия с однокурсниками и преподавателями;
- размывание границ между учебным и личным временем при обучении из дома.

При этом важно отметить, что негативный эмоциональный опыт не является универсальным для всех студентов. Часть обучающихся, напротив,

отмечает снижение уровня стресса при переходе на онлайн-форматы, связывая это с экономией времени на дорогу, возможностью учиться в комфортной домашней обстановке, большей гибкостью в организации учебного процесса [21]. Эти различия подчеркивают важность индивидуально-психологических особенностей студентов – их темперамента, уровня интроверсии-экстраверсии, особенностей когнитивного стиля – для характера эмоционального опыта в цифровой среде.

### **Роль преподавателей в формировании позитивного опыта студентов**

Ключевым условием формирования позитивного социального опыта студентов выступает готовность преподавателей к работе в цифровой образовательной среде [22]. Речь идет не только о технических навыках использования платформ и инструментов, но и о более широком комплексе цифровых педагогических компетенций: умении проектировать интерактивные образовательные активности, организовывать эффективную коммуникацию в онлайн-формате, предоставлять своевременную обратную связь, создавать атмосферу психологической безопасности в виртуальном пространстве.

Исследования показывают значительную вариативность в уровне цифровой компетентности преподавателей: от энтузиастов, активно осваивающих инновационные педагогические практики, до скептиков, воспринимающих цифровизацию как вынужденную необходимость и стремящихся максимально сохранить традиционные форматы взаимодействия [23]. Позиция преподавателя, его отношение к цифровым технологиям транслируется студентам и существенно влияет на формирование их собственных установок относительно онлайн-обучения.

Принципиально важным представляется развитие у преподавателей понимания специфики цифровой социализации студентов, особенностей их коммуникативных практик, предпочитаемых форматов взаимодействия. Попытка механического переноса традиционных лекционно-семинарских форматов в

онлайн-пространство без учета возможностей и ограничений цифровой среды приводит к снижению вовлеченности студентов, формированию негативного опыта и отношения к дистанционному обучению [24].

### **Индивидуально-психологические детерминанты успешности**

Анализ психологических исследований позволяет выделить ряд индивидуально-психологических характеристик студентов, выступающих предикторами успешной адаптации к цифровой образовательной среде. К ним относятся:

Саморегуляция и самодисциплина. Способность самостоятельно организовывать учебную деятельность, поддерживать концентрацию внимания в условиях многочисленных отвлекающих факторов домашней среды, соблюдать режим работы оказываются критически важными в отсутствие внешнего контроля, характерного для аудиторных занятий [25].

Автономия и самостоятельность. Студенты с выраженной потребностью в самостоятельности и независимости легче адаптируются к дистанционным форматам, предоставляющим большую свободу в выборе темпа и режима обучения. Напротив, обучающиеся, привыкшие к внешнему структурированию деятельности, могут испытывать затруднения [26].

Открытость новому опыту. Готовность осваивать новые технологии и форматы работы, толерантность к неопределенности, свойственной периоду адаптации к цифровой среде, способствуют формированию позитивного отношения к онлайн-обучению [27].

Социальная компетентность. Развитые коммуникативные навыки, способность выстраивать отношения в условиях опосредованного взаимодействия, активность в использовании различных каналов коммуникации

с преподавателями и однокурсниками положительно влияют на социальный опыт в цифровой среде [28].

### **Риски и вызовы цифровой социализации**

Наряду с возможностями, которые открывает цифровизация образования, необходимо учитывать и сопутствующие риски для социального развития студентов. Среди наиболее значимых исследователи выделяют риск социальной изоляции и снижения качества межличностных контактов [29]. Длительное пребывание в онлайн-среде, ограничение непосредственного общения может приводить к ощущению одиночества, снижению социальных навыков, необходимых для взаимодействия в реальном мире.

Другим значимым риском выступает информационная перегрузка и связанное с ней эмоциональное истощение. Постоянная доступность образовательного контента, множественность каналов коммуникации, размывание границ между учебным и личным временем могут приводить к хроническому стрессу и выгоранию [30]. Особенно уязвимыми в этом отношении оказываются студенты с перфекционистскими установками, стремящиеся максимально использовать все предоставляемые возможности и испытывающие чувство вины при их упущении.

Риск цифрового неравенства связан с неравным доступом студентов к качественному техническому оснащению, стабильному интернет-соединению, отдельному рабочему пространству для онлайн-обучения. Эти объективные факторы могут существенно затруднять участие в образовательном процессе, формировать негативный опыт и снижать академическую успешность [31].

### **Психолого-педагогическое сопровождение цифровой социализации**

Формирование позитивного социального опыта студентов в цифровой образовательной среде требует целенаправленного психолого-педагогического сопровождения. На институциональном уровне необходима разработка

комплексной стратегии цифровой трансформации, учитывающей не только технологические, но и социально-психологические аспекты процесса.

Важным направлением работы выступает развитие цифровых компетенций студентов – не только в формате технических тренингов по работе с конкретными платформами и инструментами, но и через формирование более широкого спектра навыков: критического мышления при работе с информацией, цифровой этики и культуры коммуникации, обеспечения информационной безопасности [32].

Специального внимания заслуживает развитие навыков саморегуляции и самоорганизации учебной деятельности. Целесообразно включение в образовательные программы специальных модулей, направленных на освоение техник тайм-менеджмента, планирования, целеполагания, управления вниманием и мотивацией в условиях самостоятельной работы [33].

Принципиальное значение имеет создание возможностей для социального взаимодействия студентов в цифровой среде – организация групповых проектов, дискуссионных форумов, неформальных онлайн-встреч, способствующих формированию чувства принадлежности к студенческому сообществу, развитию социальных связей и взаимной поддержки [34]. **Заключение**

Формирование позитивного социального опыта студентов в цифровой образовательной среде представляет собой многоаспектный процесс, определяемый комплексом психологических условий. К ключевым детерминантам успешной цифровой социализации относятся: сформированность внутренней познавательной мотивации; развитые навыки саморегуляции и самоорганизации; адекватный уровень цифровых компетенций; позитивное отношение к цифровым образовательным технологиям; готовность преподавателей к эффективной работе в онлайнформате.

При этом процесс цифровизации образования носит противоречивый характер: расширяя возможности для самостоятельного обучения, индивидуализации образовательных траекторий, преодоления пространственных ограничений, цифровая среда одновременно создает риски социальной изоляции, эмоциональной перегрузки, усиления образовательного неравенства. Преодоление этих противоречий требует системной работы по психолого-педагогическому сопровождению студентов, развитию их готовности к продуктивному взаимодействию с цифровыми технологиями, созданию комфортной и психологически безопасной онлайн-среды.

Перспективы дальнейших исследований связаны с более детальным изучением динамики психологических установок студентов по отношению к цифровым образовательным технологиям, разработкой и апробацией программ развития цифровых компетенций и навыков саморегуляции, анализом долгосрочных эффектов цифровизации для профессионального и личностного развития будущих специалистов.

### Список литературы

1. Алешковский И.А., Гаспаридзе А.Т., Крухмалева О.В., Нарбут Н.П., Савина Н.Е. Студенты вузов России о дистанционном обучении: оценка и возможности // Высшее образование в России. 2021. Т. 30. № 10. С. 86–100. URL: <https://vovr.elpub.ru/jour/article/view/3593> (дата обращения: 28.02.2026).
2. Солдатова Г.У., Рассказова Е.И. Личностные характеристики и психологическая саморегуляция студентов онлайн и офлайн: некоторые особенности цифровой социальности // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2023. Т. 13. Вып. 1. С. 24–37. URL: [https://cyberleninka.ru/article/n/lichnostnye-harakteristiki-i-psihologicheskayasamoregulyatsiya-studentov-onlayn-i-oflayn-nekotorye-osobennosti-tsifrovoy](https://cyberleninka.ru/article/n/lichnostnye-harakteristiki-i-psihologicheskayasamoregulyatsiya-studentov-onlayn-i-oflayn-nekotorye-osobennosti-tsifrovoy-tsifrovoy-socialnosti) (дата обращения: 28.02.2026).

3. Соколовская И.Э. Социально-психологические факторы удовлетворенности студентов в условиях цифровизации обучения в период пандемии COVID-19 и самоизоляции // Цифровая социология. 2020. Т. 3. № 2. С. 46–54. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialnopsihologicheskie-factory-udovletvorennosti-studentov-v-usloviyahtsifrovizatsii-obucheniya-v-period-pandemii-covid-19-i> (дата обращения: 28.02.2026).
4. Зинич А.В., Ревякина Ю.Н., Рустенова Э.А., Вэй Ф. Оценка цифровых компетенций студентов вузов России, Казахстана и Китая // Экономика труда. 2024. Т. 11. № 11. С. 1881–1894. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=75182034> (дата обращения: 28.02.2026).
5. Бегракян С.М. Изучение мотивации и вовлеченности студентов в цифровой образовательной среде: психодиагностический подход // Вестник Университета российского инновационного образования. 2025. № 3. С. 40–55. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/izuchenie-motivatsii-ivovlechennosti-studentov-v-tsifrovoy-obrazovatelnoy-sredepsihodiagnosticheskiy-podhod> (дата обращения: 28.02.2026).
6. Щавелева Е.Н., Толстых О.М., Гращенкова Г.Н. Социальнопсихологические и педагогические проявления поведения студентов в цифровой образовательной среде // Человек и образование. 2025. № 4. С. 28–41. URL: <https://haed.elpub.ru/jour/article/view/119> (дата обращения: 28.02.2026).
7. Попова О.И., Тимохина Г.С., Изакова Н.Б., Капустина Л.М. «Голос студента» в отношении компонентов цифровой образовательной среды в процессе онлайн-обучения // Интеграция образования. 2024. Т. 28. № 4. С. 613–636. URL: <https://scinetwork.ru/articles/14247> (дата обращения: 28.02.2026).

8. Абдуразаков М.М., Гаджиев Дж.Дж., Цветкова О.Н., Токмазов Г.В. Развивающий потенциал и организационные функции цифровых технологий в социализации студентов // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2019. Т. 8. № 2. С. 13–16. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvivayuschiy-potentsial-i-organizatsionnyefunksii-tsifrovyyh-tehnologiy-v-sotsializatsii-studentov> (дата обращения: 28.02.2026).
9. Новикова И.А., Бычкова П.А. Отношение к цифровым образовательным технологиям у студентов: определение, диагностика, гендерные особенности // Теоретическая и экспериментальная психология. 2024. Т. 17. № 1. С. 70–84. URL: [https://tepsyj.ru/upload/iblock/2fe/TEP-1\\_2024\\_70\\_84.pdf](https://tepsyj.ru/upload/iblock/2fe/TEP-1_2024_70_84.pdf) (дата обращения: 28.02.2026).
10. Нонко Н.А., Грунин И.О. Методы развития способности к социальному взаимодействию обучающихся в цифровой образовательной среде // Управление образованием: теория и практика. 2023. № 3. С. 126–138. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/metody-razvitiya-sposobnosti-ksotsialnomu-vzaimodeystviyu-obuchayuschihsva-v-tsifrovoy-obrazovatelnoysrede> (дата обращения: 28.02.2026).
11. Закиров А.М. Цифровая социализация студенческой молодежи в России: тенденции, риски и стратегии адаптации в образовании и на рынке труда // Вестник экономики, права и социологии. 2025. № 4. С. 254–259. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tsifrovaya-sotsializatsiya-studencheskoymolodezhi-v-rossii-tendentsii-riski-i-strategii-adaptatsii-v-obrazovanii-i-narynke-truda> (дата обращения: 28.02.2026).
12. Кузнецов Р.С., Кузнецов И.С. Социальный капитал студентов в цифровой образовательной среде: аудиторный и дистанционный форматы обучения // Социологическая наука и социальная практика. 2022. Т. 10. № 3. С. 45–62. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialnyy-kapitalstudentov-v-tsifrovoy>

obrazovatelnoy-srede-auditornyy-i-distantionnyyformaty-obucheniya (дата обращения: 28.02.2026).

13. Одарюк И.В., Маруневич О.В., Котляренко Ю.Ю., Николаева Е.А. Трансформация самопрезентации студентов в цифровой образовательной среде: опыт эмпирического исследования // Педагогическое образование в России. 2024. № 5. С. 43–57. URL: <https://pedobrazovanie.ru/archive/2024/5/transformatsiya-samoprezentatsiistudentov-v-tsifrovoj-obrazovatelnoj-srede-opyt-empiricheskogo-issledovaniya> (дата обращения: 28.02.2026).
14. Antonova N.A., Eritsyayn K.Yu., Tsvetkova L.A. Digitalization of the Social Environment: University Students' Preferences for Online and Offline Mental Health Counselling // Journal of Siberian Federal University. Humanities & Social Sciences. 2023. Vol. 16. № 12. P. 2216–2226. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/digitalization-of-the-social-environmentuniversity-students-preferences-for-online-and-offline-mental-healthcounselling> (дата обращения: 28.02.2026).
15. Гаврилюк Е.С., Изотова А.Г., Бикмулина Т.Н. Влияние цифровой трансформации на коммуникационные стратегии вуза: изменение характера отношений со студентами и абитуриентами // Естественногуманитарные исследования. 2025. № 1. С. 67–79. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-tsifrovoy-transformatsii-nakommunikatsionnye-strategii-vuza-izmenenie-haraktera-otnosheniy-sostudentami-i-abiturientami> (дата обращения: 28.02.2026).