

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
Международный молодежный центр
научных инновационных инициатив (МЦ НИИ ТГПУ)



ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ЧЕЛОВЕКА В СИСТЕМЕ СОВРЕМЕННЫХ НАУЧНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ

**Материалы
Второй Всероссийской научно-практической конференции
с международным участием**

Томск, 24–30 июня 2021 г.



ТОМСК
«Издательство НТЛ»
2021

УДК 3:001.83(100); 159.9; 37:004

ББК 74.48

И73

И73 Интеллектуальный потенциал человека в системе современных научно-образовательных процессов: материалы Второй Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Томск, 24–30 июня 2021 г.) / отв. ред. Л.В. Ахметова. – Томск: Изд-во НТЛ, 2021. – 304 с.

ISBN 978-5-89503-651-8

Сборник содержит материалы Второй Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, состоявшейся 24–30 июня 2021 года в формате онлайн на платформах BigBlueButton и Zoom. Представленные материалы отражают многообразие научно-практических интересов и междисциплинарный подход исследователей к вопросам определения, содержания, развития и факторов влияния на интеллектуальный потенциал современного человека.

Сборник адресован преподавателям и обучающимся в учреждениях высшего профессионального образования, специалистам различных сфер психолого-педагогической деятельности, сотрудникам образовательных учреждений.

УДК 3:001.83(100); 159.9; 37:004

ББК 74.48

Организаторы:

Томский государственный педагогический университет;
Международный молодежный центр научных инновационных инициатив (МЦ НИИ ТГПУ).

Редакционная коллегия:

Л.В. Ахметова, канд. психол. наук, доцент ТГПУ;
Л.И. Иванкина, докт. филос. наук, профессор НИ ТГПУ;
Т.Т. Газизов, докт. техн. наук, профессор ТГПУ;
А.П. Стась, канд. техн. наук, доцент ТГПУ;
Е.П. Молчанова, канд. психол. наук, доцент ТГПУ.

Рецензенты:

О.Г. Берестнева – доктор технических наук, профессор;
В.Н. Куровский – доктор педагогических наук, профессор.

*Издание осуществлено при финансовой поддержке РФФИ
в рамках проекта № 19-29-07445 мк*

ISBN 978-5-89503-651-8

© ООО «Издательство НТЛ», 2021

СОДЕРЖАНИЕ

Обзор материалов Второй Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Интеллектуальный потенциал человека в системе современных научно-образовательных процессов»	6
---	---

Р а з д е л I

ФОРМИРОВАНИЕ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО ПОТЕНЦИАЛА ЧЕЛОВЕКА В УСЛОВИЯХ ЦИФРОВОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Собчик Л.Н. Роль эмоционального паттерна личности в проявлении индивидуального когнитивного стиля	10
Филенко И.А. Культура внимательности, многозадачность и развитие когнитивных функций молодого поколения в цифровом обществе	17
Полякова П.С., Наумова Ю.А. О проблеме исследования половозрастных особенностей мышления личности на примере подростков и пожилых людей	28
Иванкина Л.И. Личностный фактор формирования интеллектуальной компетентности	36
Ахметова Л.В. Принцип дуальности в когнитивно-репрезентативной деятельности человека	42
Буравлева Н.А. Развитие инновационного стиля мышления в процессе подготовки студентов к профессиональной деятельности	51
Стрижова С.М. Развитие познавательных способностей у детей на уроках английского языка с применением репродукций портретов, написанных известными художниками	60
Сюй Ююань, Санжеева Л.В. Новые пути популяризации обучения традиционной китайской музыке в высших учебных заведениях Китая	69
Тимошкина Н.А. Организация и проведение проектной деятельности студентами педагогических специальностей (на примере проекта «Мир живописи»)	76
Городилова М.А. Интеллект – движущая сила познавательной деятельности студентов при изучении математических дисциплин	83

УДК 159.923

**КУЛЬТУРА ВНИМАТЕЛЬНОСТИ, МНОГОЗАДАЧНОСТЬ
И РАЗВИТИЕ КОГНИТИВНЫХ ФУНКЦИЙ
МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ В ЦИФРОВОМ ОБЩЕСТВЕ**

И.А. Филенко

*Национальный исследовательский
Томский государственный университет, г. Томск, Россия*

Рассматриваются личностные ресурсы развития человека в цифровом обществе, среди которых выделено внимание, отмеченное в качестве значимого потенциала жизнедеятельности человека в трудах русских педагогов и психологов. Показано, что практики «культуры внимательности» особенно востребованы в современном мире в условиях существенного воздействия информационных технологий на становление подрастающего поколения. Описаны современные исследования, связанные с изучением проблемы медиамногозадачности, раскрывающие особенности ее влияния на формирование когнитивных процессов молодых людей, их академическую успеваемость и эмоциональное благополучие. Представлены результаты применения коррекционных технологий, ориентированных на снижения неблагоприятных эффектов медиамногозадачности. Обсуждаются возможные прикладные аспекты, связанные с развитием культуры внимательности в современных образовательных и социальных практиках.

Ключевые слова: *внимание, медиамногозадачность, когнитивные процессы, развитие человека, цифровые технологии.*

Становление человека в современном мире реализуется через социальные ситуации развития на различных этапах жизненного пути, и их характеристики определяются особенностями культурного окружения и межличностных взаимодействий, референтными группами и глобальными социально-экономическими изменениями, типами выполняемой деятельности и инновационными технологиями. Цифровое пространство, интенсивно заполняя в настоящее время практически все сферы жизнедеятельности личности, оказывает на нее разноплановые влияния и может сказываться на формировании психических процессов, личностных свойств, доминантных эмоциональных состояний, специфических паттернов поведения. В связи с

этим в современной психологии особую актуальность приобретают исследования, изучающие ресурсы развития молодых людей, значимые для их активной и полноценной самореализации как в настоящих, так и в будущих жизненных ситуациях. Проблемное поле данного направления, характеризующееся неординарностью и новизной решаемых задач, также требует обращения к истории отечественной психологии и педагогики, сохранившей ценный жизненный опыт наших предшественников.

В своей работе «Вопросы жизни» Николай Иванович Пирогов, описывая свои школьные годы, а также размышляя об особенностях обучения молодого поколения, отмечает те личностные ресурсы, которые выделены им, как наиболее важные для полноценного становления гармоничного, компетентного и успешного человека. Одним из таких ресурсов является внимание. Подчеркивая его роль в своем жизненном развитии, Н.И. Пирогов пишет: «Вся моя жизнь сложилась бы другим образом, если бы при моем воспитании сумели развить и хорошо направить мою внимательность...» [1, с. 125]. «Вообще, в домашнем воспитании... культурой моей внимательности никто и не думал заниматься, ...тем более, что и потом, в школе и в университете, никто, не исключая и меня самого, на развитие этой способности не обращал ни малейшего внимания. Следствием этого пробела было... то, что я, от природы любознательный и склонный к труду... не приобрел, когда мог, тех знаний, которые впоследствии мне были крайне необходимы» [1, с. 137].

Как же понимает Н.И. Пирогов культуру внимательности? В своем описании внимания он характеризует его с естественно-научных позиций, в то же время он пишет о возможной односторонности такого процесса, в связи с чем описывает два вида внимательности, отличающиеся особенностями направленности – чувственную внимательность, направленную на предметы окружающего мира, и внимательность к собственному я: «...то есть, к своей мысли, воле, влечениям и т.п. Культура этой способности ведет к тому, что наше я, следя за самим собою, делает из себя и для себя же нечто внешнее, объективное» [1, с. 125]. Если первый вид внимательности является основой процессов внимания, связанных с восприятием информации, получаемой из внешней среды, то второй лежит в основе таких феноменов, как: рефлексия человека, позволяющая глубже осознавать свои мысли, поступки, свой жизненный опыт и жизненный путь

в целом; саморегуляция, связанная с сознательным управлением своими психическими состояниями; самоконтроль – направленный на адекватное выполнение определенной деятельности или реализацию необходимых форм поведения.

Культура внимательности – это совокупность техник, методов, направленных на сбалансированное развитие обеих видов внимательности, а говоря о «меньшей односторонности» процесса внимания, о важности второго вида внимательности, Н.И. Пирогов, по сути, описывает те его характеристики, которые связаны с процессами саморегуляции различных видов деятельности человека, которые на протяжении последних 30 лет активно изучаются в современной психологии. В этих исследованиях выделяются такие компоненты саморегуляции, как: планирование, моделирование, программирование, оценка результатов, гибкость, ответственность, целеустремленность, настойчивость, самоорганизация, – эффективная работа которых возможна только при высоком уровне развития произвольного внимания и «второго вида внимательности» по Н.И. Пирогову. Характеризуя особенности развития внимательности в ранние годы жизни, Н.И. Пирогов отмечает: «...Чем раньше начнет развиваться внимательность, тем лучше для культурного человека...» [1, с. 126].

Значимость культуры внимательности для развития личности неоднократно подчеркивалась и К.Д. Ушинским, который писал: «...воспитывая власть человека над вниманием, мы не только открываем ему широкую дорогу к умственному развитию, но и даем могущественнейшее средство бороться со страстями и, несмотря на их влияние, идти дорогою здравого рассудка и добродетели» [2, с. 319]. Он отмечал принципиальную важность формирования для человека способности сознательно управлять вниманием или «быть невнимательным», то есть: «...произвольно выбирать предметы для своего мышления и отрывать от тех, которые насильственно в него вторгаются» [2, с. 314]. Л.С. Выготский пишет о том, что «...произвольное внимание и по составу, и по структуре, и функции есть не просто результат естественного, органического развития внимания, а результат его изменения и перестройки под влиянием внешних стимулов-средств» [3, с. 431].

Развитие высших психических функций человека XXI века опосредовано культурно-историческими факторами, среди которых факторы информатизации, цифровых технологий становятся одними

из наиболее важных в силу их глобальности, интенсивности, а также активного влияния на нашу жизнедеятельность [4], что отражается на формировании когнитивных процессов, в том числе и произвольного внимания. В младшем школьном возрасте формируется система произвольной регуляции деятельности, основание которой составляют волевые и аттенционные процессы ребенка. Сформированность данной системы позволяет школьнику в дальнейшем эффективно усваивать знания, умения, навыки, связанные не только с учебной, но и с другими, значимыми для него видами деятельности. В контексте развития аттенционных процессов особенно важным в этом возрасте становится развитие произвольной формы внимания, которое во многом определяет: степень академической успеваемости, умственную работоспособность ребенка, способность к пониманию нового материала, степень контроля деятельности [5].

Исследуя особенности внимания, связанного с активностью обучаемых в существующих образовательных системах, психологи выделяют феномен многозадачности, который связан с одновременным включением человека в разноплановые виды деятельности, что приводит к необходимости частого переключения внимания и меняет особенности восприятия релевантной и нерелевантной информации. Причем эти многочисленные задачи (часто не завершающиеся конкретным результатом) опосредованы влиянием источников цифровых технологий, находящихся в близости от молодого человека, – смартфонов, мобильных телефонов, планшетов, компьютеров, ноутбуков и др. Изучение многозадачности позволяет выявить проблемные феномены, которые его сопровождают: изменения показателей памяти, мышления, интеллекта, произвольного контроля деятельности, академической успеваемости.

Внимание человека в режиме многозадачности характеризуется широким локусом восприятия и быстро переключается с одного объекта на другой, но при этом оно поверхностно и не обладает нужной силой концентрации для адекватной обработки информации, связанной с конкретным объектом. Цифровая или медиамногозадачность (ММ) широко распространена в молодежной среде и характерна не только для школьного обучения, но и для различных форм активности, которая проявляется вне школы – при взаимодействии со сверстниками, в домашнем окружении и т.д. Хотя подобная многозадачность увеличивает зону внешнего внимания и позволяет

школьнику участвовать в большем количестве мероприятий, что может способствовать росту чувства собственной значимости, однако сосредоточение на многих задачах ведет к большему числу ошибок, нерациональным тратам времени и к снижению общей производительности до 40% [6, с. 94].

Исследования, описанные в работе [7], показывают, что студенты университета, ориентированные в жизни на интенсивную цифровую многозадачность («тяжелые медиамногозадачники» – ТММ), демонстрируют в сравнении с «легкими медиамногозадачниками» (ЛММ) значительно худшие результаты когнитивных тестов, связанных с определением характеристик внимания, мышления, рабочей памяти, умственной работоспособности, надежности когнитивной деятельности, что свидетельствует о недостаточной развитости у них функций концентрации внимания, контроля различных этапов своей деятельности, глубины и качества переработки информации, критического мышления, метакогнитивных стратегий и др. При выполнении компьютерного теста, определяющего способность к обработке релевантной информации в условиях необходимости фильтрации раздражителей, обнаружено, что ТММ-студенты демонстрируют значительно худшие результаты (то есть большее число ошибок) по сравнению с ЛММ на 6 и 15% при количестве отвлекающих раздражителей 4 и 6 соответственно [7]. Изучение рабочей памяти с помощью компьютерного теста, связанного с запоминанием представленных на экране букв (n-back test), показало, что у ТММ-студентов выполнение заданий, предполагающих запоминание букв, показанных тремя шагами ранее, было значительно хуже, чем у ЛММ-студентов (доля неверных ответов составила 5 и 2,6% соответственно), что свидетельствовало об ухудшении функционирования у них рабочей памяти [7]. В задании на переключение внимания испытуемым демонстрировались в течение малого времени на мониторе короткие последовательности, содержащие буквы и цифры. В зависимости от структуры задания испытуемый определял, есть ли в данной последовательности четная или нечетная цифра (либо гласная или согласная буква) и нажимал соответствующую его ответу кнопку клавиатуры. При выполнении этого задания ТММ-студенты реагировали медленнее в среднем на 167 миллисекунд по сравнению с ЛММ, то есть испытывали трудности с переключением внимания.

Данные и другие результаты позволяют говорить психологам о влиянии ММ на базовые когнитивные процессы, связанные с когнитивным контролем (исполнительной функцией), в процессе развития представителей молодого поколения в возрастном диапазоне от 8 до 20 лет. При этом в большинстве исследований обнаруживаются негативные эффекты ММ, которые выражены у лиц группы ТММ и связаны с дефицитами когнитивного контроля при выполнении различных задач [8]. Также обнаруживается и обратная связь – наличие подобных дефицитов усиливает многозадачное повеление [9]. В обзоре [8] обсуждаются эффекты влияния ММ на когнитивные процессы, показывающие, что по материалам большинства исследований (как для групп взрослых, так и для групп молодежи) ЛММ-испытуемые превосходят ТММ по показателям рабочей памяти в тестах на простые и сложные задачи. В задачах визуально-пространственного обнаружения сигналов, связанных с изучением особенностей фильтрации нерелевантной информации при выполнении основного теста обнаружено, что ТММ-испытуемые демонстрируют дефициты перцептивной фильтрации в сравнении с группой ЛММ. Исследования также показывают низкую устойчивость внимания ТММ-respondентов по сравнению с ЛММ [8]. Изучение способности к умозаключениям на материале невербальных задач (тест Равена) продемонстрировало, что у ТММ-испытуемых значимо худшие показатели в сравнении с альтернативной группой. В исследованиях долговременной памяти также отмечаются преимущества ЛММ-группы над ТММ в решении соответствующих заданий [8]. Современные работы, в которых изучаются особенности нейронных профилей и нейронной активности в связи с многозадачностью с применением методов структурной (MRI) и функциональной (fMRI) магнитно-резонансной томографии обнаружили: 1) отрицательную корреляцию между общим показателем ММ и объемом серого вещества в области антериорного сингулярного кортекса (АСК), которая выполняет функции когнитивного контроля; 2) низкоактивное состояние внутренних проводящих путей, связывающих АСК с другими участками головного мозга у представителей ТММ [10]. Подобные изменения в когнитивных процессах у многозадачников находят свое отражение и в результатах их деятельности – пониженной академической успеваемости учащихся, а также в ухудшении социоэмоционального функционирования (повышенная депрессия и социальная тревожность).

В работе [11] у школьников ($N = 447$ человек, средний возраст 15,0 лет) выявлены негативные взаимосвязи на значимом уровне между показателем ММ, с одной стороны, и академической успеваемостью, а также самооценкой школьников – с другой.

В современных зарубежных исследованиях изучаются источники ММ, частота и длительность занятости человека в таких режимах с учетом социодемографических характеристик (возраст, пол, социальный статус и т.д.), средовых факторов и особенностей деятельности (учебная деятельность онлайн и оффлайн; внеучебная деятельность молодежи, связанная с общением; профессиональная деятельность во взрослом возрасте). В исследовании, проведенном в 2008 г., было показано, что поколение Нет (1980–1989 гг. рождения, количество испытуемых $N = 825$ человек) более многозадачно, чем поколение X (1965–1979 гг., $N = 182$), которое, в свою очередь, более многозадачно, чем Беби-буммеры (1946–1964 гг., $N = 312$), средний процент возможных пар медиазадач для каждого поколения составил: 81,1 : 65,9 : 60,3 [12]. Количество задач, выполняемых одновременно для представителей этих поколений, в среднем составило: 5,90 : 5,41 : 4,70 (различия между группами статистически значимы).

Обнаружено, что школьники в возрасте 13–16 лет более вовлечены в многозадачное поведение в сравнении с другими возрастными группами [13]. Около 62% студентов университетов используют цифровые медиатехнологии параллельно с обычной академической деятельностью. В 2005 г. в США было проведено исследование детей и молодежи в возрасте от 8 до 18 лет, в котором было отмечено, что в среднем цифровые технологии используются ими 6,5 ч, при этом ТММ использовали их 12 ч 29 мин, а отказавшиеся от режима многозадачности 6 ч 38 мин в день [7], при выполнении домашних заданий школьники 30% времени проводили в многозадачном режиме. В 2010 г. молодежь в США в возрасте 8–18 лет проводила 7 ч 32 мин в день, взаимодействуя с цифровыми устройствами, причем 29% этого времени было связано с режимами многозадачности [13]. В исследовании 2015 г. это время составило 9 ч в день для школьников возраста 13–18 лет (без учета выполнения учебных и домашних заданий) и 6 часов в день (для школьников возраста 8–12 лет) [13]. Длительность времени многозадачного поведения молодежи за период с 1999 по 2009 г. возросла почти вдвое – с 16 до 29% [13].

Обобщение результатов многих исследований в обозначенном направлении стимулировало психологов к разработке технологий,

направленных на формирование «культуры внимания» молодого поколения. В частности, в работе [14] предложена программа профилактики негативных эффектов многозадачности, направленная на формирование трех компетенций, связанных с развитием когнитивного контроля и ресурсов саморегуляции внимания:

1. Компетенция сознательного *выбора* объектов нашей направленности.

2. Компетенция правильной *фокусировки* внимания на выбранном объекте.

3. Компетенция *освобождения* от отвлекающих стимулов.

Апробация данной образовательной программы в университете в группе студентов ($N = 229$) на протяжении 22 дней продемонстрировала ее эффективность, в частности: убежденность в способности фокусировать внимание повысилась с 4,72 (перед реализацией программы) до 4,79 (по завершении программы), значимость различий $p < 0,001$; уверенность в своих знаниях относительно того, как фокусировать внимание, повысилась с 3,8 до 4,7, $p < 0,001$, показатели эмоциональной регуляции студентов повысились с 3,83 до 4,28, $p < 0,001$; уровень отвлекающих проблем снизился с 4,00 до 3,74, $p < 0,001$; уровни стресса снизились с 61,66 до 56,99, $p = 0,005$. У 124 студентов, которые до начала программы показали уровни стресса выше среднего, были зафиксированы значимые улучшения в уровне стресс-менеджмента с 48,43 до 55,70, $p < 0,002$.

Результаты исследований, приведенных выше, свидетельствуют о том, что феномену «культуры внимательности» в современных социальных и образовательных практиках должно уделяться существенное внимание. С учетом того факта, что формирование системы самоконтроля происходит в младшем школьном возрасте, но в ряде случаев, обусловленных задержкой когнитивного развития, может охватывать и представителей более старших возрастных групп, целесообразно в учебной деятельности проводить специализированные мероприятия, направленные на формирование «культуры внимательности».

К ним могут быть отнесены следующие:

1. Проведение дней занятий с ограничением использования школьниками и преподавателями каких-либо устройств, связанных с цифровыми технологиями.

2. Занятия в учебных заведениях желательно проводить так, чтобы они исключали эффекты многозадачности как со стороны учите-

ля, так и со стороны школьников, вовлеченных в учебную деятельность.

3. Дистанционные формы обучения для учащихся младшей и средней школы необходимо свести к минимуму, используя их как кратковременные форматы обучения в экстренных ситуациях.

4. Онлайн образовательные технологии нужно разрабатывать с учетом снижения возможного негативного влияния фактора многозадачности, а также использовать в их структуре техники, направленные на развитие концентрации внимания учащихся, способности к рефлексии, произвольной саморегуляции.

5. Формирование у детей и молодежи цифровой компетентности должно сопровождаться развитием у них цифровой культуры, основанной на понимании того факта, что для людей приоритетны реальные взаимодействия «человек – человек», которые по своим эмоциональным, мотивационным, деятельностным, антропологическим характеристикам более полноценны, чем онлайн взаимодействия. Соответственно такие реальные взаимодействия в образовательной среде должны быть продуманы и организованы не менее тщательно с психологической точки зрения, чем современные технологии дистанционного обучения.

6. «Культура внимательности» связана с развитием внутренней концентрации личности, которая основана на осознании человеком своих жизненных смыслов, потребностей, личностных ресурсов. Поэтому учитель с начальной школы должен развивать в учениках многогранные качества субъектности, способность к самореализации, к осмысленной, целенаправленной активности, к рефлексии своих действий и поступков. Главное в этом направлении – научить ребенка пониманию самого себя, своих интересов, жизненных целей, ценностей и своих ресурсов, которые можно и нужно самостоятельно развивать.

7. Формирование «культуры внимательности» должно быть поддержано психологическим сопровождением образовательной деятельности, в частности выявлением и адекватной психолого-педагогической поддержкой «групп риска», для которых характерны дефициты когнитивного контроля и внимания, а также разработкой и внедрением в педагогическую практику специальных тренинговых программ, направленных на формирование компетенций, лежащих в основе эффективного когнитивного контроля.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Пирогов Н.И.* Вопросы жизни // Сочинения Н.И. Пирогова. Т. 2. Киев: Издательство Пироговского т-ва, 1910. 682 с.
2. *Ушинский К.Д.* Собрание сочинений. Т. 8. Человек как предмет воспитания. Опыт педагогической антропологии. Т. 1. М.; Л.: Изд-во Академии педагогических наук, 1950. 776 с.
3. *Выготский Л.С.* Психология развития человека. М.: Смысл; Эксмо, 2005. 1136 с.
4. *Солдатова Г.У.* Цифровая социализация в культурно-исторической парадигме: изменяющийся ребенок в изменяющемся мире // Социальная психология и общество. 2018. Т. 9. № 3. С. 71–80.
5. *Гальперин П.Я.* К проблеме внимания // Доклады АПН РСФСР. 1958. № 3. С. 33–38.
6. *Игнатова Н.Ю.* Образование в цифровую эпоху: монография. Нижний Тагил: НТИ (филиал) УрФУ, 2017. 128 с.
7. *Шнитцер М.* Антимозг: цифровые технологии и мозг. М.: АСТ, 2014. 288 с.
8. *Uncapher M.R., Wagner A.D.* Minds and brains of media multitaskers: Current findings and future directions // Proceedings of the National Academy of Sciences. 2018. V. 115(40). P. 9889–9896.
9. *Baumgartner S.E., Weeda W.D., van der Heijden L.L., Huizinga M.* The relationship between media multitasking and executive function in early adolescents // J. Early Adolesc. 2014. V. 34. P. 1120–1144.
10. *Loh K.K., Kanai R.* Higher media multi-tasking activity is associated with smaller gray-matter density in the anterior cingulate cortex // PLoS ONE. 2014. V. 9(9). P. 1–7. URL: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0106698> (дата обращения: 19.06.2021).
11. *Luo J., Yeung P., Li H.* The relationship among media multitasking, academic performance and self-esteem in Chinese adolescents: The cross-lagged panel and mediation analyses // Children and Youth Services Review. 2020. V. 117. Article 105308. P. 1–8. URL: <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105308> (дата обращения: 19.06.2021).
12. *Carrier L.M., Rosen L.D., Cheever N.A., Lim A.F.* Causes, effects, and practicalities of everyday multitasking // Developmental Review. 2015. V. 35. P. 64–78.
13. *Stavrinou D., McManus B., Underhill A.T., Lechtre M.T.* Impact of adolescent media multitasking on cognition and driving safety // Hum. Behav. & Emerg. Tech. 2019. V. 1. P. 161–168.
14. *Mrazek A.J., Mrazek M.D., Carr P.C., Deleger A.M., et al.* The feasibility of attention training for reducing mind-wandering and digital multitasking in high schools // Educ. Sci. 2020. V. 10. No. 201. P. 1–10.

Филенко Игорь Александрович, канд. психол. наук, доцент НИ ТГУ; filen5725@mail.ru.

**MINDFULNESS CULTURE, MULTITASKING,
AND COGNITIVE DEVELOPMENT OF THE YOUNGER GENERATION
IN A DIGITAL SOCIETY**

I. A. Filenko

National Research Tomsk State University, Tomsk, Russia

The article considers personal resources of human development in the digital society, among which the attention is highlighted as a significant potential of human life activity in the works of Russian teachers and psychologists. It is shown that the practices of the culture of mindfulness are especially in demand in the modern world in the context of the significant impact of digital technologies on the formation of the younger generation. The article describes modern researches related to the study of the problem of media multitasking, revealing the features of its influence on the formation of cognitive processes of young people, their academic performance and emotional well-being. The results of the use of correction technologies aimed at reducing the adverse effects of media multitasking are presented. Possible applied aspects related to the development of mindfulness culture in modern educational and social practices are discussed.

Keywords: *attention, media multitasking, cognitive processes, human development, digital technologies.*

Научное издание

**ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ЧЕЛОВЕКА
В СИСТЕМЕ СОВРЕМЕННЫХ
НАУЧНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ**

**Материалы Второй Всероссийской научно-практической
конференции с международным участием**

Томск, 24–30 июня 2021 года

*Издание осуществлено
при финансовой поддержке РФФИ
в рамках проекта № 19-29-07445 мк*

*Мнения авторов, представленные в материалах сборника,
не всегда совпадают с мнением редакторов.*

*Редакторы сборника не несут ответственности
за достоверность информации и приведенных авторами данных.*

*Ответственность за содержание и законность сведений
несет автор научных материалов.*

*Перепечатка материалов сборника осуществляется
по согласованию (разрешению) с редакционной коллегией.*

**Редактор Н.И. Шидловская
Дизайн, верстка Д.В. Фортеса**

**ООО «Издательство научно-технической литературы»
634034, Томск, ул. Студенческая, 4, тел. (3822) 53-10-35**

Изд. лиц. ИД № 04000 от 12.02.2001. Подписано к печати 30.11.2021.
Формат 60 × 84 ¹/₁₆. Бумага офсетная. Печать офсетная. Гарнитура «Таймс».
Усл. п. л. 17.67. Уч.-изд. л. 19.79. Тираж 100 экз. Заказ № 22.
