УДК 377

А. Н. Ночвина, Т. А. Фролова,
факультет экономики, менеджмента, сервиса и туризма,
Омский государственный педагогический университет
Научный руководитель: канд. пед. наук, доц. П. И. Фролова

Влияние гаджетозависимости на успеваемость и когнитивные функции обучающихся СПО

Аннотация. В рамках исследования проводится анализ механизмов влияния гаджетозависимости на когнитивные функции и академическую успеваемость студентов. Рассматриваются факторы, существенно снижающие образовательные результаты и препятствующие полноценному интеллектуальному и личностному развитию обучающихся.

Ключевые слова: гаджетозависимость, успеваемость, когнитивные функции, студенты.

В современном мире, характеризующемся повсеместным распространением цифровых технологий, гаджеты стали неотъемлемой частью повседневной жизни, в том числе и образовательного процесса. Однако чрезмерное и неконтролируемое использование мобильных устройств приводит к формированию гаджетозависимости, которая оказывает негативное влияние на когнитивные функции и академическую успеваемость студентов, особенно в системе среднего профессионального образования (СПО).

Так, Ю. П. Киселева определяет гаджет-зависимость как определенное компульсивно-импульсивное расстройство, предполагающее чрезмерное, болезненное использование онлайн и офлайн компьютера или любых других цифровых средств с аналогичными возможностями, сопровождающееся социальными, психологическими нарушениями, проблемами занятости [1].

Особую актуальность эта проблема приобретает в образовательной среде, в частности, среди студентов колледжей. Обучение в СПО ориентировано на формирование практических навыков и компетенций, требующих высокой концентрации внимания, развитой оперативной памяти и способности к саморегуляции [5; 6]. Отвлечение на гаджеты в процессе лекций, практических занятий или самостоятельной работы может существенно снижать эффективность обучения и качество усвоения материала, что в конечном итоге сказывается на профессиональной подготовке будущих специалистов.

Определим ключевые признаки гаджетозависимости:

1) неспособность контролировать время, проведенное с гаджетом;

2) синдром отмены: раздражительность, тревога, беспокойство при отсутствии доступа к устройству;

3) толерантность: необходимость увеличивать время использования для достижения желаемого эффекта;

4) негативные последствия: ухудшение успеваемости, нарушение сна, проблемы в межличностных отношениях [2].

В совокупности данные факторы формируют негативный контекст, существенно снижающий образовательные результаты и препятствующий полноценному интеллектуальному и личностному развитию обучающихся.

Определим далее, какое влияние оказывает гаджетозависимость на когнитивные функции обучающихся:

1. Постоянные уведомления, многозадачность и фрагментированный характер информации, потребляемой через гаджеты, приводят к снижению способности к длительной концентрации внимания и развитию «дефицита внимания», что критически важно для усвоения учебного материала [4; 5].

2. Чрезмерное использование гаджетов может приводить к снижению активности процессов запоминания и воспроизведения информации.

3. Гаджетозависимость порождает импульсивность, снижение способности к долгосрочному планированию и навыков принятия решений, что влияет на организацию учебной деятельности и решение сложных задач.

Также из-за постоянного общения в соцсетях у людей возникают проблемы с реальным общением, они утрачивают свои навыки, что приводит к асоциальным проявлениям [3].

© Ночвина А. Н., Фролова Т. А., 2026

Прямая связь между гаджетозависимостью и снижением академической успеваемости подтверждается многими исследованиями. Студенты среднего профессионального образования представляют собой специфическую группу, для которой негативное влияние гаджетозависимости может быть особенно выраженным.

Например, в СПО акцент делается на освоение конкретных профессиональных навыков, часто связанных с работой на оборудовании, выполнением точных операций или взаимодействием с клиентами. Отвлечение на гаджеты в таких условиях не только снижает качество обучения, но и может представлять угрозу безопасности (например, на производстве или в мастерских).

Успешное формирование компетенций требует не только теоретических знаний, но и умения применять их на практике, критического мышления, способности к решению проблем и эффективной коммуникации. Гаджетозависимость подрывает данные ключевые навыки.

У некоторых студентов колледжа может быть изначально снижена мотивация к обучению, и гаджеты становятся легким способом ухода от учебных трудностей, что усугубляет проблему.

Гаджетозависимость представляет собой серьезную угрозу для когнитивного развития и академической успеваемости студентов среднего профессионального образования. Снижение концентрации внимания, ухудшение памяти, ослабление исполнительных функций и общее снижение мотивации к обучению могут привести к формированию неполноценных специалистов, неспособных эффективно выполнять свои профессиональные обязанности.

Таким образом, для минимизации негативного влияния гаджетозависимости необходим комплексный подход, включающий усилия со стороны образовательных учреждений, а именно:

1) внедрение политики использования гаджетов: правил использования мобильных устройств в мастерских и лабораториях колледжа;

2) проведение лекций, семинаров и тренингов по цифровой гигиене, управлению временем и профилактике зависимостей;

3) использование гаджетов как инструмента обучения (например, для интерактивных заданий, доступа к электронным ресурсам), но с акцентом на их целевое и контролируемое применение;

4) выделение пространств для отдыха и общения, где использование мобильных устройств ограничено или запрещено;

5) организация консультаций для студентов, испытывающих трудности с контролем использования гаджетов.

1. *Киселева Ю. П.* Социально-психологические факторы гаджет-аддикции // Актуальные психолого-педагогические исследования : сб. науч. тр. — Магнитогорск : Магнитогор. гос. техн. ун-т им. Г. И. Носова, 2018. — С. 108–111.

2. *Кумар А. Б., Никитин А. Ю., Рыкова Я. С.* Интернет-зависимость в студенческой среде: проблемы самоидентификации // Молодеж. науч.-техн. вестн. — 2015. — № 11. — С. 61.

3. *Маркова А. Н., Сухачева Е. А.* Проявление гаджет-аддикции у студентов // Студент: наука, профессия, жизнь : материалы X всерос. студен. науч. конф. с междунар. участием. — Омск : Ом. гос. ун-т путей сообщения, 2023. — Ч. 4. — С. 14–18.

4. *Чердынцева Е. В., Якубенко О. В., Фролова П. И.* Влияние дистанционного обучения на состояние физического здоровья обучающихся // Проблемы современного педагогического образования. — 2021. — № 72-1. — С. 294–296.

5. *Чердынцева Е. В., Якубенко О. В., Фролова П. И.* Влияние дистанционного обучения на состояние психологического здоровья учащихся // Школьные технологии. — 2022. — № 3. — С. 111–115.

6. *Якубенко О. В.* Экспериментальное исследование рисков цифровизации образовательного процесса в вузе // Информационные технологии в образовательном процессе вуза и школы : материалы XIX Всерос. науч.-практ. конф. — Воронеж : Воронеж. гос. пед. ун-т, 2025. — С. 390–394.