



УДК 159.9

EDN [APUJVG](https://www.edn.net/APUJVG)

<https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2022-4-3-309-322>

Научная статья

Представления студентов вуза о дистанционном обучении в период пандемии Covid-19

С. И. Беляева^{✉1}, К. Н. Максименко¹

¹ Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена,
191186, Россия, г. Санкт-Петербург, наб. реки Мойки, д. 48

Сведения об авторах

Светлана Игоревна Беляева, SPIN-код: 6354-7944, Scopus AuthorID: 57226876191, ResearcherID: R-6336-2018, ORCID: 0000-0002-8014-5407, e-mail: sbelyaeva@herzen.spb.ru

Ксения Николаевна Максименко, SPIN-код: 2863-6470, ORCID: 0000-0003-0354-628X, e-mail: xenia.maximenko@yandex.ru

Для цитирования: Беляева, С. И., Максименко, К. Н. (2022) Представления студентов вуза о дистанционном обучении в период пандемии Covid-19. *Психология человека в образовании*, т. 4, № 3, с. 309–322. <https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2022-4-3-309-322> EDN [APUJVG](https://www.edn.net/APUJVG)

Получена 5 февраля 2022; прошла рецензирование 16 марта 2022; принята 12 апреля 2022.

Финансирование: Исследование не имело финансовой поддержки.

Права: © С. И. Беляева, К. Н. Максименко (2022). Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена. Открытый доступ на условиях [лицензии CC BY-NC 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

Аннотация

Введение. Проблема использования дистанционных форм работы в связи с актуальной эпидемиологической ситуацией поставила перед преподавателями вузов ряд задач, среди которых можно выделить как организационно-методические задачи, так и задачи, связанные с психолого-педагогической поддержкой обучающихся студентов. Целью настоящего исследования стало изучение представлений студентов разных курсов о дистанционном и очном форматах обучения в период пандемии Covid-19.

Материалы и методы. Исследование проводилось на базе РГПУ им. А. И. Герцена в феврале 2021 г. среди студентов-психологов. В исследовании приняли участие 81 человек, являвшиеся студентами очной формы обучения по программам бакалавриата и специалитета 1–5 курсов (средний возраст — 20,9 лет). Основным методом исследования стал письменный опрос посредством программы Google Формы, состоявший из двух частей. В первой части студентам было предложено сравнить по пятибалльной шкале дистанционный и очный форматы обучения по нескольким критериям (эффективность, ресурсозатратность, учет индивидуальных особенностей студента). Во второй части опроса студенты проанализировали сложившиеся у них представления о дистанционном обучении по нескольким критериям: содержательным (качество теоретической и практической подготовки), социальным (чувство принадлежности кафедре, университету, сообществу психологов, степень социальной интеграции-изоляции, доступность помощи преподавателей) и организационным (комфортность организации учебного процесса, способность самоорганизации).

Результаты исследования. Были получены данные, показывающие, что факторы, связанные с оценкой дистанционного формата обучения как эффективного на разных этапах обучения различны. Так студенты 3–4 курсов достоверно чаще оценивают дистанционное обучение (в сравнении с очным) как более эффективное ($p < 0,01$) и позволяющее глубже освоить учебный материал ($p < 0,01$). Студенты младших курсов, напротив, достоверно чаще считают, что более глубокое освоение материала возможно лишь при очном обучении ($p < 0,01$). У старшекурсников представления о степени освоения ими учебного материала прямо коррелируют с владением ими актуальной информацией о событиях в университете, наличием необходимой помощи и поддержки от преподавателей и системностью получаемых знаний ($p < 0,05$).

Заключение. Приведенные данные можно учитывать при организации психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, направленного на профилактику социально-психологической дезадаптации студентов разных курсов при дистанционном обучении.

Ключевые слова: дистанционное обучение, студенты, пандемия Covid-19, высшее образование, обучение в период пандемии, риск дезадаптации

Research article

University students' perceptions of computer-mediated learning during the Covid-19 pandemic

S. I. Belyaeva^{✉1}, K. N. Maximenko¹

¹ Herzen State Pedagogical University of Russia, 48 Moika Emb., Saint Petersburg 191186, Russia

Authors

Svetlana I. Belyaeva, SPIN: [6354-7944](#), Scopus AuthorID: [57226876191](#), ResearcherID: [R-6336-2018](#), ORCID: [0000-0002-8014-5407](#), e-mail: sbelyaeva@herzen.spb.ru

Ksenia N. Maximenko, SPIN: [2863-6470](#), ORCID: [0000-0003-0354-628X](#), e-mail: xenia.maximenko@yandex.ru

For citation: Belyaeva, S. I., Maximenko, K. N. (2022) University students' perceptions of computer-mediated learning during the Covid-19 pandemic. *Psychology in Education*, vol. 4, no. 3, pp. 309–322. <https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2022-4-3-309-322> EDN [APUJVG](#)

Received 5 February 2022; reviewed 16 March 2022; accepted 12 April 2022.

Funding: The study did not receive any external funding.

Copyright: © S. I. Belyaeva, K. N. Maximenko (2022). Published by Herzen State Pedagogical University of Russia. Open access under [CC BY-NC License 4.0](#).

Abstract

Introduction. The ongoing pandemic has made computer-mediated learning in higher education ubiquitous, often posing organizational, methodological, psychological and didactic challenges to teachers and students. The current research investigates perceptions of computer-mediated and on-campus learning during the pandemic among students in various years of study.

Materials and Methods. The research was conducted at Herzen State Pedagogical University of Russia in February 2021. The participants were 81 students in all years of study enrolled on psychology degree programs which were originally “on-campus” programs. The research was conducted by means of a two-part questionnaire which was administered using Google Docs. In the first part, participants were asked to rate, based on their personal experience, computer-mediated and on-campus learning in terms of effectiveness, resource intensity and consideration of the student's individual differences using a 5-point Likert scale. They were also asked to indicate their preferred mode of education. In the second part, participants were asked to rate their personal experience with computer-mediated learning based on a number of criteria. These criteria were content-related (quality of theoretical and practical training), social (feeling as part of the department, the university, the psychological community; degree of social inclusion/isolation; access to aid from the teachers) and organizational (comfort with the organization of the learning process, ability to self-organize). **Results.** The results showed that students in different years of study are guided by different criteria of computer-mediated learning effectiveness. Specifically, students in the 3rd and 4th years of study significantly more often rate computer-mediated learning (compared to on-campus learning) as more effective ($p < 0.01$) and providing a better quality of theoretical training. In contrast, students in the 1st and 2nd years of study significantly more often think that it is only on-campus learning that can ensure a more high-quality theoretical training ($p < 0.01$). Senior students' assessment of their learning effectiveness correlates with the availability of up-to-date information about events at the university, the access to aid from the teachers, and the consistency of the knowledge gained ($p < 0.05$).

Conclusion. These results can be used to organize psychological and pedagogical support of the educational process in order to prevent the socio-psychological maladaptation of students in various years of study in the course of computer-mediated learning.

Keywords: computer-mediated learning, students, pandemic of Covid-19, higher education, training during a pandemic, maladjustment risk

Введение

В связи с ситуацией пандемии, объявленной Всемирной организацией здравоохранения в марте 2020 г. по причине стремительного распространения нового инфекционного заболевания, вызванного штаммом коронавируса Covid-19 (WHO Director-General's opening remarks... 2020), несмотря на различия в технической оснащенности вузов и степени их готовности к переходу на дистанционную форму обучения, все преподаватели оказались перед необходимостью оперативно осваивать, разрабатывать и внедрять способы обучения, исключающие непосредственный контакт со студентами. По прошествии года, когда обучение с использованием дистанционных технологий стало обыденной реальностью, можно было бы сказать, что высшая школа адаптировалась к реалиям нового времени. Однако даже при активном использовании всех доступных информационно-коммуникационных технологий участниками образовательного процесса анализ отзывов студентов об удовлетворенности процессом обучения в дистанционном формате показал неоднозначность их суждений.

Теоретический обзор современного состояния проблемы

Впервые дистанционное обучение было применено еще И. Питманом в 1840 г. в Великобритании для обучения стенографии по почте (Свиридова 2016). Традиционно оно определяется как работа учителя с учеником на расстоянии. В настоящее время под дистанционным форматом понимается такой формат обучения, который основан на взаимодействии педагога и студента, обучающегося на расстоянии, посредством использования телекоммуникационных технологий (Вайндорф-Сысоева 2020). Изучение особенностей дистанционного формата обучения, переход на который был осуществлен во время пандемии, реализуется в настоящее время во всем мире. Существует ряд современных психолого-педагогических исследований, анализирующих преимущества и недостатки дистанционного обучения студентов в вузе (Грамма, Сергиенко 2021; Жулькова, Булганина, Куриленко и др. 2020; Коморникова 2020; Смирнова 2020; Татаринцов 2019; Ханжарова 2021). В качестве преимуществ называются возможности участвовать в групповой или индивидуальной беседе как устно, так и письменно, при этом находиться в любой географической точке и в наиболее комфортной для

каждого участника процесса обучения обстановке. Недостатки связывают с дефицитом общения и взаимодействия, с перебоями в сети Интернет, технической невозможностью воспользоваться образовательными порталами, сложностями в самостоятельной организации графика обучения (Abdi, Ridha, Yunus et al. 2021; Aresta, Fernandes, Ribeiro 2020; Fojtik 2018; Jose 2021). Приводятся данные, которые свидетельствуют о негативном влиянии дистанционного формата обучения на уровень учебного стресса, эмоциональное выгорание и успеваемость обучающихся, на уровень их психоэмоционального напряжения в целом (Alam, Yang, Bhutto, Akhtar 2021). Таким образом, можно говорить о том, что ситуация перехода на дистанционный формат обучения является стрессогенной, субъекты образовательного процесса часто оказываются неподготовленными к такому обучению (Sharma, Sarkar 2021). Кроме того, соматическое и психическое здоровье студентов при использовании дистанционных технологий обучения являются самостоятельным предметом исследований (Бекоева, Кокаева, Осипова, Хубешты 2021; Риккер, Ткачева 2021). Выявлено негативное влияние на физическую активность студентов, обучающихся в дистанционном формате (Цинис, Серебренников 2020). В контексте рассмотрения психологического аспекта дистанционного обучения отмечают: ощущение одиночества и изоляция (Карелина, Егоров, Киселева и др. 2021); значение мотивации для успешности обучения (Базалий 2020; Кононыгина 2021); важность коммуникативного пространства и его зависимость от коммуникативных компетенций преподавателя (Авдеева, Сафонова 2021).

Результаты исследования, проведенного среди студентов Иордании, показали, что длительное использование цифровых инструментов, отсутствие личного общения и большой объем заданий привели к беспокойству, нарушению режима «сон — бодрствование», отвлечению внимания и созданию стрессовой среды, что, по мнению авторов, приводит к депрессивным состояниям (Al-Salman, Haider, Saad 2022). Существуют исследования, посвященные изучению психоэмоционального состояния, возникающего после периода обучения в дистанционном формате (Rathnayake 2021). Отдельно изучается влияние дистанционного обучения на студентов-заочников в сравнении со студентами очной формы обучения (Прохорова, Шкунова, Зосич 2020; Черных, Матвеева 2021); преподавателей в сравнении со студентами (Французская 2020).

Анализ научно-методической литературы показывает, что исследования способов организации дистанционного образовательного процесса с учетом индивидуальных особенностей студентов начались за несколько лет до начала пандемии Covid-19 (Luqman, Khalid 2017). Имеются работы, посвященные разработке программ педагогического сопровождения дистанционного обучения студентов вуза (Денисова 2013; Ирхина, Беседина 2009). Однако важно отметить, что в то время дистанционный формат обучения не носил массового длительного обязательного характера и выбирался чаще как альтернативный способ обучения при повышении квалификации и профессиональной переподготовке взрослых обучающихся. Ситуация, в которой оказалась высшая школа в 2020 году, стала беспрецедентной в мировой истории образования. Это и определило цель настоящего исследования: изучить представления студентов разных курсов о дистанционном и очном форматах обучения в период, связанный с пандемией Covid-19. В рамках данного исследования были поставлены следующие задачи:

- 1) выявить особенности оценки эффективности дистанционного формата обучения студентами разных курсов;
- 2) изучить представления студентов разных курсов о степени усвоения учебного материала в дистанционном и очном формате обучения;
- 3) проанализировать представления студентов разных курсов о степени ресурсозатратности дистанционного формата обучения.

Организация и методы исследования

Настоящее исследование проводилось на базе РГПУ им. А. И. Герцена в феврале 2021 г. среди студентов-психологов с 1 по 5 курс. В исследовании принял участие 81 человек: 67 женщин и 14 мужчин в возрасте от 17 до 24 лет (средний возраст — 20,9 г.). Испытуемые были условно разделены на 3 группы: студенты младших курсов (1–2 курсы, 21 человек); студенты средних курсов (3–4 курсы, 49 человек); студенты старших курсов (5 курс, 11 человек). Такое деление на группы обусловлено наличием опыта очного и дистанционного обучения в вузе: студенты младших курсов имели краткосрочный опыт очного обучения в вузе и большую часть времени обучались в дистанционном формате; студенты старших курсов большую часть времени были включены в очный формат обучения и опыт дистанционного обучения составил для

них менее одного года; студенты средних курсов имели на период обследования относительно равный опыт обучения в вузе, как в очном, так и в дистанционном формате.

Основным методом исследования явилось анкетирование посредством программы Google Формы. Анкета состояла из двух частей. В первой части студентам было предложено сравнить дистанционный и очный форматы обучения по нескольким критериям (эффективность, степень усвоения материала, ресурсозатратность). Во второй части анкеты студенты должны были проанализировать сложившиеся у них представления о дистанционном обучении по пятибалльной шкале по нескольким критериям. В исследование были включены следующие группы критериев: содержательные (качество теоретической и практической подготовки); социальные (принадлежность кафедре, университету, сообществу психологов, помощь преподавателей, ощущение изоляции); организационные (комфортность организации учебного процесса, способность к самоорганизации).

Математический анализ осуществлялся с помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена и критерия ϕ^* — углового преобразования Фишера.

Результаты исследования

Были выявлены следующие значимые различия в представлениях студентов разных курсов об особенностях дистанционного и очного форматов обучения в период, связанный с пандемией Covid-19. Студенты младших курсов достоверно чаще считали, что очное обучение (в сравнении с дистанционным обучением) предполагает более глубокое освоение материала ($\phi = 2,607$; $p < 0,01$), а студенты 3–4 курсов, напротив — дистанционное обучение ($\phi = 2,53$; $p < 0,01$). Кроме того, последние достоверно чаще ($\phi = 2,354$; $p < 0,01$) оценивали дистанционное обучение как более эффективное.

В таблице 1 представлены результаты исследования связи представлений о дистанционном обучении и оценки эффективности дистанционного формата студентами разных курсов.

Как видно из таблицы 1, для младших курсов наиболее значимыми показателями эффективности дистанционного формата обучения стали возможность успешного усвоения достаточного объема теоретического материала, удобное время обучения и ощущение принадлежности к сообществу психологов. Поэтому для успешной адаптации студентов в начале обучения

Табл. 1. Связь представлений о дистанционном обучении и оценки эффективности дистанционного формата студентами разных курсов

Представления о дистанционном обучении		Эффективность дистанционного формата		
		1–2 курсы N = 21	3–4 курсы N = 49	5 курс N = 11
Содержательные критерии	Получаю достаточный объем теоретической информации по предмету	,57*	,63**	
	Получаемые знания складываются в систему		,56**	
	Имею возможность апробировать полученные знания на практике		,67**	
Социальные критерии	Чувствую принадлежность к своей кафедре		,39**	
	Чувствую свою принадлежность к университету		,37**	
	Чувствую свою принадлежность к сообществу психологов	,46*	,39**	
	Владею актуальной информацией о событиях в университете		,5**	,78**
	Получаю необходимую мне поддержку и помощь от преподавателей		,39**	,76**
	Испытываю ощущение изоляции		–,4**	
Организационные критерии	Испытываю сложности в самоорганизации		–,37**	
	Могу обучаться в удобном мне месте		,35*	
	Могу обучаться в удобное время	,49*	,41**	

Примечание. ** — корреляция значима на уровне 0,01; * — корреляция значима на уровне 0,05.

Table 1. Correlation between perceptions of computer-mediated learning and assessment of computer-mediated learning effectiveness among students in various years of study

Students' perceptions of computer-mediated learning		Assessment of computer-mediated learning effectiveness		
		1 st –2 nd years of study N = 21	3 rd –4 th years of study N = 49	5 th year of study N = 11
Content-related criteria	Quality of theoretical training	.57*	.63**	
	Consistency of knowledge		.56**	
	Quality of practical training		.67**	

Table 1. Completion

Social criteria	Feeling as part of the department		.39**	
	Feeling as part of the university		.37**	
	Feeling as part of the psychological community	.46*	.39**	
	Having up-to-date information about events at the university		.5**	.78**
	Obtaining the necessary assistance and support from teachers		.39**	.76**
	Sense of isolation		-.4**	
Organizational criteria	Having difficulties in self-organizing		-.37**	
	Comfortable study location		.35*	
	Comfortable study time	.49*	.41**	

Note. **— $p < 0.01$; *— $p < 0.05$.

необходимо уделить внимание включению их в профессиональное сообщество, формированию ощущения принадлежности к студенческой группе.

Проанализировав корреляционные связи, обнаруженные в группе студентов средних курсов, можно сделать вывод о том, что для них наиболее важными оказываются содержательные критерии, связанные с освоением теоретического материала и возможностью апробации знаний на практике. Кроме того, значимыми критериями эффективности для них являются социальные, из которых важнее всего степень владения информацией о событиях в университете и возможность обучения в удобном месте. Для студентов старших курсов значимыми явились следующие критерии: владение актуальной информацией о событиях в университете, наличие необходимой поддержки и помощи от преподавателей.

Исходя из изложенного выше, можно сделать вывод, что при определении эффективности дистанционного формата студентами с разным опытом обучения в вузе оценка вклада различных факторов смещается с содержательных критериев (с переходом от значимости теории к значимости практики) к социальным критериям на старших курсах. Возможно, это связано с тем, что студенты младших курсов,

не имеющие длительного опыта очного обучения, чувствуют себя включенными в социальные группы вне университета, поэтому не рассматривают процесс обучения как возможность удовлетворения потребностей в общении и принятии. Студенты старших курсов, имевшие длительный опыт очного формата обучения, рассматривают университет с точки зрения значимого профессионального общения, поэтому оценка дистанционного обучения как эффективного связана со степенью фрустрированности этих потребностей. Поэтому на младших курсах важно учитывать потребность студентов в ощущении успешности освоения теоретического материала, на старших курсах — в возможности включения в практическую деятельность по применению полученных профессиональных знаний.

В таблице 2 представлены результаты исследования связи представлений о дистанционном обучении и степени усвоения учебного материала студентами разных курсов.

Данные, приведенные в таблице 2, показывают, что оценка дистанционного обучения, как требующего глубокого усвоения материала, у студентов младших курсов связана, в первую очередь, с чувством принадлежности сообществу психологов и системностью получаемых знаний. В выборке студентов, обучающихся

Табл. 2. Связь представлений о дистанционном обучении и степени усвоения учебного материала студентами разных курсов

Представления о дистанционном обучении		Степень усвоения материала		
		1–2 курсы N = 21	3–4 курсы N = 49	5 курс N = 11
Содержательные критерии	Получаю достаточный объем теоретической информации по предмету	,47*	,52**	
	Получаемые знания складываются в систему	,6**	,48**	,61*
	Имею возможность апробировать полученные знания на практике	,58*	,42**	
Социальные критерии	Чувствую принадлежность к своей кафедре	,46*	,41**	
	Чувствую свою принадлежность к университету	,5*	,46**	
	Чувствую свою принадлежность к сообществу психологов	,63**	,36*	
	Владею актуальной информацией о событиях в университете	,51*	,44**	,73**
	Получаю необходимую мне поддержку и помощь от преподавателей		,33*	,65*
	Испытываю ощущение изоляции		–,42**	
Организационные критерии	Испытываю сложности в самоорганизации		–,34*	
	Могу обучаться в удобном мне месте		,39**	
	Могу обучаться в удобное время		,33*	

Примечание. ** — корреляция значима на уровне 0,01; * — корреляция значима на уровне 0,05.

Table 2. Correlation between perceptions of computer-mediated learning and assessment of computer-mediated learning theoretical training quality among students in various years of study

Students' perceptions of computer-mediated learning		Assessment of computer-mediated learning theoretical training quality		
		1 st –2 nd years of study N = 21	3 rd –4 th years of study N = 49	5 th year of study N = 11
Content-related criteria	Quality of theoretical training	.47*	.52**	
	Consistency of knowledge	.6**	.48**	.61*
	Quality of practical training	.58*	.42**	

Table 2. Completion

Social criteria	Feeling as part of the department	.46*	.41**	
	Feeling as part of the university	.5*	.46**	
	Feeling as part of the psychological community	.63**	.36*	
	Having up-to-date information about events at the university	.51*	.44**	.73**
	Obtaining the necessary assistance and support from teachers		.33*	.65*
	Sense of isolation		-.42**	
Organizational criteria	Having difficulties in self-organizing		-.34*	
	Comfortable study location		.39**	
	Comfortable study time		.33*	

Note. **— $p < 0.01$; *— $p < 0.05$.

на 3–4 курсах, обнаруживается положительная корреляционная связь степени усвоения материала с получением необходимой поддержки и помощи от преподавателей. Оценка дистанционного обучения как позволяющего более глубоко освоить учебный материал у старшекурсников связана с владением ими актуальной информацией о событиях в университете, наличием необходимой помощи и поддержки от преподавателей и системностью получаемых знаний.

Во всех сопоставляемых группах были получены достоверные положительные связи по критериям «системность получаемых знаний» и «владение актуальной информацией о событиях в университете», что свидетельствует о связи степени усвоения материала с системностью информации, в которую включены не только знания по предмету, но и знания о происходящих в университете событиях.

В таблице 3 представлены результаты исследования связи представлений о дистанционном обучении и степени ресурсозатратности дистанционного формата студентами разных курсов.

Из таблицы 3 видно, что во всех изученных группах была выявлена статистически значимая связь между субъективной ресурсозатратностью дистанционного формата обучения и ощущением изоляции. Для студентов старших курсов

данный критерий оказывается ведущим. Можно видеть, что от младших курсов к старшим акцент смещается именно на переживание ощущения изоляции.

Корреляционный анализ позволил выявить наиболее значимые связи с параметром «ресурсозатратность» для каждой из выделенных групп: для студентов младших курсов — наличие сложностей со здоровьем из-за использования медиа-устройств и сложностей перенесения учебной нагрузки; для студентов средних курсов — сложности в связи с изменением ритма жизни; для старшекурсников — ощущение изоляции.

Обсуждение результатов

Анализ полученных данных позволил выявить особенности представлений студентов очного вуза о ситуации дистанционного обучения в период пандемии, специфичные для разных периодов обучения (начало, середина, окончание обучения в вузе), которые, вероятно, связаны с актуализирующимися в соответствующие периоды обучения потребностями. Обнаруженные негативные тенденции в оценках дистанционного обучения связаны с невозможностью удовлетворить актуальные потребности ожидаемым способом.

Табл. 3. Связь представлений о дистанционном обучении и степени ресурсозатратности дистанционного формата студентами разных курсов

Представления о дистанционном обучении		Степень ресурсозатратности		
		1–2 курсы N = 21	3–4 курсы N = 49	5 курс N = 11
Социальные критерии	Испытываю ощущение изоляции	,49*	,54**	,63*
Организационные критерии	Испытываю сложности в самоорганизации		,43**	
	Испытываю сложности в связи с изменением ритма жизни		,71**	
	Легко переношу учебную нагрузку	–,59**		
	Испытываю сложности со здоровьем в связи с интенсивным использованием медиа-устройств	,59**	,57**	

Примечание. ** — корреляция значима на уровне 0,01; * — корреляция значима на уровне 0,05.

Table 3. Correlation between perceptions of computer-mediated learning and assessment of computer-mediated learning resource intensity among students in various years of study

Students' perceptions of computer-mediated learning		Assessment of computer-mediated learning resource intensity		
		1 st –2 nd years of study N = 21	3 rd –4 th years of study N = 49	5 th year of study N = 11
Social criteria	Sense of isolation	.49*	.54**	.63*
Organizational criteria	Having difficulties in self-organizing		.43**	
	New lifestyle problems		.71**	
	Comfortable study load	–.59**		
	Health problems due to gadgets	.59**	.57**	

Note. **— $p < 0.01$; *— $p < 0.05$.

Результаты проведенного исследования показали, что на различных этапах обучения студентов в вузе на первый план выходят различные аспекты значимости общения, включенности в социум. С течением времени наблюдается тенденция к сужению значимой группы (от важ-

ности принадлежности сообществу психологов через принадлежность университету к важности помощи и поддержки от конкретных преподавателей); к переходу от более формальной принадлежности к значимости личного участия.

Оценка студентами ситуации дистанционного обучения связана с содержательными, социальными и организационными критериями. Выявлена тенденция к увеличению значимости социальных критериев от младших курсов к старшим. Представления студентов об успешности дистанционного образования связано с субъективным ощущением их включенности в социум в не меньшей степени, чем с оценкой качества их обучения. Это коррелирует с данными исследований о значимости коммуникативной активности (Авдеева, Сафонова 2021) и позитивной эмоциональной включенности в период дистанционного обучения (Al-Salman, Haider, Saad 2022).

Выявленный в представлениях студентов о дистанционном обучении статистически значимый параметр «ресурсозатратности» является, на наш взгляд, важным для понимания дистанционного обучения в период пандемии как опыта адаптации личности к новым условиям функционирования. Ситуации, требующие для своего преодоления значительного количества ресурсов, могут приводить к нарушениям адаптации. Поэтому важным аспектом является организация дистанционного обучения в рамках здоровьесберегающего подхода, то есть таким образом, чтобы психическое и физическое здоровье студентов не подвергалось опасности истощения их ресурсов. Здоровьесберегающий подход к образованию может быть определен как «...та организация процесса обучения, которая позволяет соблюсти безопасность образовательного пространства, соответствие содержания и объема учебного материала, методов и форм учебной познавательной деятельности; сохраняет умственную и физическую работоспособность» (Абаскалова, Мельникова 2007, 307).

Приведенные данные можно учитывать при организации психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, направленного на профилактику социально-психологической дезадаптации студентов и повышение качества знаний при дистанционном обучении. Важным здесь представляется создание таких университетских и кафедральных интерактивных ресурсов, которые позволят включить обучающихся в общественную жизнь студенческих сообществ, сделают получение поддержки от преподавателей более оперативной. Это структурирует представления студентов о процессе обучения, повысит его осознанность, что, в свою

очередь, будет способствовать снижению состояния тревоги и чувства изоляции, тем самым создаст благоприятные психологические условия при изменении формата обучения.

Выводы

Анализ оценки эффективности дистанционного формата студентами с разным опытом обучения в вузе показал, что факторы, связанные с оценкой дистанционного формата обучения как эффективного на разных этапах обучения различны. В начале обучения к ним относятся возможность успешного усвоения достаточного объема теоретического материала, удобное время обучения и ощущение принадлежности сообществу психологов; в середине обучения — возможность освоения теоретического материала и апробации его на практике, степень владения информацией о событиях в университете, возможность обучения в удобном месте; на старших курсах — владение актуальной информацией о событиях в университете, наличие необходимой поддержки и помощи от преподавателей.

Изучение представлений студентов с разным опытом обучения о степени усвоения учебного материала в дистанционном формате обучения в сравнении с очным показало значимость таких факторов, как системность получаемых знаний и владение актуальной информацией о событиях в университете, для студентов всех курсов. Кроме того, оценка степени освоения учебного материала связана у студентов младших курсов с чувством принадлежности сообществу психологов; у студентов средних курсов — с получением необходимой поддержки и помощи от преподавателей, отсутствием ощущения изоляции и сложностей в самоорганизации; у студентов старших курсов — с наличием необходимой помощи и поддержки от преподавателей.

Оценка дистанционного формата обучения как ресурсозатратного на всех этапах обучения была связана с ощущением изоляции. Корреляционный анализ позволяет обозначить наиболее значимые факторы ресурсозатратности дистанционного формата обучения: для студентов младших курсов — наличие сложностей со здоровьем из-за использования медиаустройств и сложностей перенесения учебной нагрузки; для студентов средних курсов — сложности в связи с изменением ритма жизни; для студентов старших курсов — ощущение изоляции.

Конфликт интересов

Авторы заявляют об отсутствии потенциального или явного конфликта интересов.

Conflict of Interest

The authors declare that there is no conflict of interest, either existing or potential.

Вклад авторов

Авторы совместно провели эмпирическое исследование и анализ полученных результатов.

Author Contributions

Both authors equally contributed to the design and implementation of the research, to the analysis of the results and to the writing of the manuscript.

Литература

- Абаскалова, Н. П., Мельникова, М. М. (2007) Концептуальные подходы к системе организации здоровьесберегающего образования в вузе. *Сибирский педагогический журнал*, № 9, с. 304–314.
- Авдеева, А. П., Сафонова, Ю. А. (2021) Коммуникативное пространство дистанционного обучения студентов вуза. *Вестник университета*, № 3, с. 162–167. <https://doi.org/10.26425/1816-4277-2021-3-162-167>
- Базалий, Р. В. (2020) Развитие мотивации студентов в условиях дистанционного обучения. *Мир науки. Педагогика и психология*, т. 8, № 3. [Электронный ресурс]. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/03PDMN320.pdf> (дата обращения 14.01.2022).
- Бекоева, Т. А., Кокаева, И. Ю., Осипова, А. Ю., Хубешты, Г. Ф. (2021) Влияние дистанционного обучения на психоэмоциональное здоровье студентов. *Проблемы современного педагогического образования*, № 73–2, с. 35–38.
- Вайндорф-Сысоева, М. Е. (ред.). (2020) *Методика дистанционного обучения*. М.: Юрайт, 194 с.
- Грамма, Д. В., Сергиенко, Н. А. (2021) Организация дистанционного обучения студентов неязыковых направлений в условиях пандемии. *Педагогика. Вопросы теории и практики*, т. 6, № 3, с. 389–394. <https://doi.org/10.30853/ped210061>
- Денисова, Т. Л. (2013) Педагогическое сопровождение дистанционного обучения студентов вуза. *Вестник Бурятского государственного университета. Философия*, № 1, с. 173–177.
- Жулькова, Ю. Н., Булганина, А. Е., Куриленко, М. А. и др. (2020) Организация работы студентов в условиях дистанционного формата обучения. *Инновационная экономика: перспективы развития и совершенствования*, № 6 (48), с. 131–135.
- Ирхина, И. В., Беседина, О. А. (2009) Генезис идеи педагогического сопровождения в дистанционном обучении студентов. *Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика*, т. 15, № 5, с. 68–71.
- Карелина, Н. Н., Егоров, А. Б., Киселева, И. В. и др. (2021) Исследование субъективного ощущения одиночества у студентов на дистанционном обучении. *Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта*, № 1 (191), с. 442–445. <https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2021.1.p442-445>
- Коморникова, О. М. (2020) Перспективы дистанционного обучения: взгляд студентов. *Вестник Шадринского государственного педагогического университета*, № 4 (48), с. 48–51.
- Кононыхина, О. В. (2021) Мотивация студентов при дистанционном обучении. *Международный журнал гуманитарных и естественных наук*, т. 2–1, с. 107–111. <https://doi.org/10.24412/2500-1000-2021-2-1-107-111>
- Прохорова, М. П., Шкунова, А. А., Зосич, А. С. (2020) Влияние дистанционного обучения на студентов заочной формы. *Проблемы современного педагогического образования*, № 69–4, с. 242–246.
- Риккер, А. С., Ткачева, Е. Г. (2021) Влияние дистанционного обучения на здоровье студентов. *Наука-2020*, № 2 (47), с. 96–99.
- Свиридова, Е. А. (2016) Опыт США в развитии дистанционного образования. *Сибирский торгово-экономический журнал*, № 4 (25), с. 81–82.
- Смирнова, А. С. (2020) Организация дистанционного обучения студентов в условиях пандемии. *Вестник Приамурского государственного университета им. Шолом-Алейхема*, № 4 (41), с. 93–100. <https://doi.org/10.24412/2227-1384-2020-4-93-100>
- Татаринов, К. А. (2019) Проблемы и возможности дистанционного обучения студентов. *Балтийский гуманитарный журнал*, т. 8, № 1 (26), с. 285–288.
- Французская, Е. О. (2020) Дистанционное обучение глазами преподавателей и студентов. *Научно-педагогическое обозрение*, № 6 (34), с. 82–90. <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2020-6-82-90>
- Ханжарова, В. А. (2021) Дистанционное обучение студентов института стоматологии в условиях пандемии. *Scientist*, № 1 (15), с. 14–15.
- Цинис, А. В., Серебренников, И. В. (2020) Влияние дистанционного обучения на физическую активность студентов. *Международный журнал прикладных наук и технологий Integral*, № 3, с. 571–575.

- Черных, Н. А., Матвеева, Л. И. (2021) Психологические проблемы дистанционного обучения студентов-заочников в вузе. *Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика*, т. 27, № 2, с. 83–87. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2021-27-2-83-87>
- Abdi, A., Ridha, S., Yunus, M. et al. (2021) Assessing the effectiveness of geography-based online learning during the Covid-19 pandemic in higher education. *Geosfera Indonesia*, vol. 6, no. 3, pp. 319–333. <https://doi.org/10.19184/geosi.v6i3.25811>
- Alam, F., Yang, Q., Bhutto, M. Y., Akhtar, N. (2021) The influence of e-learning and emotional intelligence on psychological intentions: Study of stranded Pakistani students. *Frontiers in Psychology*, vol. 12, article 715700. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.715700>
- Al-Salman, S., Haider, A., Saad, H. (2022) The psychological impact of COVID-19's e-learning digital tools on Jordanian university students' well-being. *The Journal of Mental Health Training, Education and Practice*, vol. 17, no. 4, pp. 342–354. <https://doi.org/10.1108/JMHTEP-09-2021-0106>
- Aresta, M., Fernandes, A., Ribeiro, A. (2020) From face-to-face to online learning: Covid-19 and the emergence of ubiquitous learning scenarios. In: *ICERI2020 Proceedings. 13th Annual International Conference of Education, Research and Innovation*. [S. l.]: IATED Publ., pp. 9490–9499. <https://doi.org/10.21125/iceri.2020.2100>
- Fojtik, R. (2018) Problems of distance education. *International Journal of Information and Communication Technologies in Education*, vol. 7, no. 1, pp. 14–23.
- Jose, J. (2021) Study on effect of e-learning process during Covid-19 pandemic. *International Journal of Creative Research Thoughts*, vol. 9, no. 2, pp. 2355–2363.
- Luqman, N., Khalid, R. (2017) The Psychology of e-learning. *International Journal of Law, Humanities and Social Science*, vol. 2, no. 1, pp. 11–19.
- Rathnayake, A. (2021) The impact of post-e-learning on psychological conditions in university students. *International Journal of Scientific and Research Publications*, vol. 11, no. 5, pp. 445–449. <https://doi.org/10.29322/IJSRP.11.05.2021.p11355>
- Sharma, S., Sarkar, P. (2021) Psychological impact of e-learning among students: A survey. *European Journal of Molecular & Clinical Medicine*, vol. 7, no. 8, pp. 3239–3248.
- WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19. (2020) *World Health Organization*, 11 March 2020. [Online]. Available at: <https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020/> (accessed 14.01.2022).

References

- Abaskalova, N. P., Mel'nikova, M. M. (2004) Kontseptual'nye podkhody k sisteme organizatsii zdorov'esberegayushchego obrazovaniya v vuze [Conceptual approaches to the system of organization of health-saving education at the university]. *Sibirskij pedagogicheskij zhurnal — Siberian Pedagogical Journal*, vol. 9, pp. 304–314. (In Russian)
- Abdi, A., Ridha, S., Yunus, M. et al. (2021) Assessing the effectiveness of geography-based online learning during the Covid-19 pandemic in higher education. *Geosfera Indonesia*, vol. 6, no. 3, pp. 319–333. <https://doi.org/10.19184/geosi.v6i3.25811> (In English)
- Alam, F., Yang, Q., Bhutto, M. Y., Akhtar, N. (2021) The influence of e-learning and emotional intelligence on psychological intentions: Study of stranded Pakistani students. *Frontiers in Psychology*, vol. 12, article 715700. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.715700> (In English)
- Al-Salman, S., Haider, A., Saad, H. (2022) The psychological impact of COVID-19's e-learning digital tools on Jordanian university students' well-being. *The Journal of Mental Health Training, Education and Practice*, vol. 17, no. 4, pp. 342–354. <https://doi.org/10.1108/JMHTEP-09-2021-0106> (In English)
- Aresta, M., Fernandes, A., Ribeiro, A. (2020) From face-to-face to online learning: Covid-19 and the emergence of ubiquitous learning scenarios. In: *ICERI2020 Proceedings. 13th Annual International Conference of Education, Research and Innovation*. [S. l.]: IATED Publ., pp. 9490–9499. <https://doi.org/10.21125/iceri.2020.2100> (In English)
- Avdeeva, A. P., Safonova, Yu. A. (2021) Kommunikativnoe prostranstvo distantsionnogo obucheniya studentov vuza [Communicative space of distance learning for university students]. *Vestnik Universiteta*, no. 3, pp. 162–167. <https://doi.org/10.26425/1816-4277-2021-3-162-167> (In Russian)
- Bazaliy, R. V. (2020) Razvitie motivatsii studentov v usloviyakh distantsionnogo obucheniya [Development of student motivation in the context of distance learning]. *Mir nauki. Pedagogika i psikhologiya — World of Science. Pedagogy and Psychology*, vol. 8, no. 3. [Online]. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/03PDMN320.pdf> (accessed 14.01.2022). (In Russian)
- Bekoeva, T. A., Kokaeva, I. Yu., Osipova, A. Yu., Hubesti, G. F. (2021) Vliyanie distantsionnogo obucheniya na psikhooemotsional'noe zdorov'e studentov [Impact of distance learning on psychoemotional health of students]. *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya*, no. 73-2, pp. 35–38. (In Russian)
- Chernykh, N. A., Matveeva, L. I. (2021) Psikhologicheskie problemy distantsionnogo obucheniya studentov-zaochnikov v vuze [Psychological problems of distance learning part-time students at university]. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogika. Psikhologiya. Sotsiokinetika — Vestnik*

- of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, vol. 27, no. 2, pp. 83–87. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2021-27-2-83-87> (In Russian)
- Denisova, T. L. (2013) Pedagogicheskoe soprovozhdenie distantsionnogo obucheniya studentov vuza [Pedagogical support of distance training of university students]. *Vestnik Buryatskogo gosudarstvennogo universiteta. Filosofiya — BSU Bulletin. Philosophy*, no. 1, pp. 173–177. (In Russian)
- Fojtik, R. (2018) Problems of distance education. *International Journal of Information and Communication Technologies in Education*, vol. 7, no. 1, pp. 14–23. (In English)
- Frantsuzskaya, E. O. (2020) Distantsionnoe obuchenie glazami prepodavatelej i studentov [Distance education: University instructor and student perspective]. *Nauchno-pedagogicheskoe obozrenie — Pedagogical Review*, no. 6 (34), pp. 82–90. <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2020-6-82-90> (In Russian)
- Gamma, D. V., Sergienko, N. A. (2021) Organizatsiya distantsionnogo obucheniya studentov neyazykovykh napravlenij v usloviyakh pandemii [Organising distance learning for non-linguistic students in the context of the pandemic]. *Pedagogika. Voprosy teorii i praktiki — Pedagogy. Theory & Practice*, vol. 6, no. 3, pp. 389–394. <https://doi.org/10.30853/ped210061> (In Russian)
- Irkhina, I. V., Besedina, O. A. (2009) Genezis idei pedagogicheskogo soprovozhdeniya v distantsionnom obuchenii studentov [Genesis of pedagogical support system of distance education at universities of Russia]. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta im. N. A. Nekrasova. Seriya: Pedagogika. Psikhologiya. Sotsial'naya rabota. Yuvenologiya. Sotsiokinetika*, vol. 15, no. 5, pp. 68–71. (In Russian)
- Jose, J. (2021) Study on effect of e-learning process during Covid-19 pandemic. *International Journal of Creative Research Thoughts*, vol. 9, no. 2, pp. 2355–2363. (In English)
- Karelina, N. N., Egorov, A. B., Kiseleva, I. V. et al. (2021) Issledovanie sub'ektivnogo oshchushcheniya odinochestva u studentov na distantsionnom obuchenii [Study of the subjective feeling of loneliness among students in distance learning]. *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta*, no. 1 (191), pp. 442–445. <https://doi.org/10.34835/issn.2308-1961.2021.1.p442-445> (In Russian)
- Khanzharova, V. A. (2021) Distantsionnoe obuchenie studentov instituta stomatologii v usloviyakh pandemii [Distance learning of students of the institute of dentistry in the conditions of a pandemic]. *Scientist*, no. 1 (15), pp. 14–15. (In Russian)
- Komornikova, O. M. (2020) Perspektivy distantsionnogo obucheniya: vzglyad studentov [Prospects for distance learning: Students' view]. *Vestnik Shadrinskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta — Journal of Shadrinsk State Pedagogical University*, no. 4 (48), pp. 48–51. (In Russian)
- Kononykhina, O. V. (2021) Motivatsiya studentov pri distantsionnom obuchenii [Students motivation in distant learning]. *Mezhdunarodnyj zhurnal gumanitarnykh i estestvennykh nauk — International Journal of Humanities and Natural Sciences*, vol. 2-1 (53), pp. 107–111. <https://doi.org/10.24412/2500-1000-2021-2-1-107-111> (In Russian)
- Luqman, N., Khalid, R. (2017) The Psychology of e-learning. *International Journal of Law, Humanities and Social Science*, vol. 2, no. 1, pp. 11–19. (In English)
- Prokhorova, M. P., Shkunova, A. A., Zosich, A. S. (2020) Vliyanie distantsionnogo obucheniya na studentov zaочноj formy [Impact of distance learning on correspondence students]. *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya*, no. 69-4, pp. 242–246. (In Russian)
- Rathnayake, A. (2021) The impact of post-e-learning on psychological conditions in university students. *International Journal of Scientific and Research Publications*, vol. 11, no. 5, pp. 445–449. <https://doi.org/10.29322/IJSRP.11.05.2021.p11355> (In English)
- Rikker, A. S., Tkacheva, E. G. (2021) Vliyanie distantsionnogo obucheniya na zdorov'e studentov [The impact of distance learning on students' health]. *Nauka-2020*, no. 2 (47), pp. 96–99. (In Russian)
- Sharma, S., Sarkar, P. (2021) Psychological impact of e-learning among students: A survey. *European Journal of Molecular & Clinical Medicine*, vol. 7, no. 8, pp. 3239–3248. (In English)
- Sviridova, E. A. (2016) Opyt SSA v razvitii distantsionnogo obrazovaniya [USA experience in the development of distance education]. *Sibirskij torgovo-ekonomicheskij zhurnal*, no. 4 (25), pp. 81–82. (In Russian)
- Smirnova, A. S. (2020) Organizatsiya distantsionnogo obucheniya studentov v usloviyakh pandemii [Organization of distance learning of students in the conditions of the pandemic]. *Vestnik Priamurskogo gosudarstvennogo universiteta im. Sholom-Alejkhema — Bulletin of Priamursky state University named after Sholom-Aleichem*, no. 4 (41), pp. 93–100. <https://doi.org/10.24412/2227-1384-2020-4-93-100> (In Russian)
- Tatarinov, K. A. (2019) Problemy i vozmozhnosti distantsionnogo obucheniya studentov [Challenges and opportunities for distance learning of students]. *Baltiyskij gumanitarnyj zhurnal — Baltic Humanitarian Journal*, vol. 8, no. 1 (26), pp. 285–288. (In Russian)
- Tsinis, A. V., Serebrennikov, I. V. (2020) Vliyanie distantsionnogo obucheniya na fizicheskuyu aktivnost' studentov [Influence of remote learning on the physical activity of students]. *Mezhdunarodnyj zhurnal prikladnykh nauk i tekhnologij Integral — International Journal of Applied Sciences and Technology "Integral"*, no. 3, pp. 571–575. (In Russian)
- Vajndorf-Sysoeva, M. E. (ed.). (2020) *Metodika distantsionnogo obucheniya [Distance learning methodology]*. Moscow: Yurajt Publ., 194 p. (In Russian)

- WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19. (2020) *World Health Organization*, 11 March 2020. [Online]. Available at: <https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020/> (accessed 14.01.2022). (In English)
- Zhul'kova, Yu. N., Bulganina, A. E., Kurilenko, M. A. et al. (2020) Organizatsiya raboty studentov v usloviyakh distantsionnogo formata obucheniya [Organization of students' work in a distance learning format]. *Innovatsionnaya ekonomika: perspektivy razvitiya i sovershenstvovaniya — Innovative Economy: Prospects for Development and Improvement*, vol. 6 (48), pp. 131–135. (In Russian)