

Нужны ли новые технологии психологической помощи субъектам труда, подверженным цифровой трансформации?

Н. Е. Водопьянова¹, Э. В. Патраков², Р. А. Хайруллин¹

¹ Санкт-Петербургский государственный университет,
199034, Россия, г. Санкт-Петербург, Университетская наб., д. 7–9

² Уральский федеральный университет
620062, Россия, г. Екатеринбург, ул. Мира, д. 19

Сведения об авторах:

Наталья Евгеньевна Водопьянова

e-mail: vodop@mail.ru

SPIN: 5383-0610

Scopus AuthorID: 57221045883

ResearcherID: F-7259-2015

ORCID: 0000-0001-9751-913X

Эдуард Викторович Патраков

e-mail: e.v.patrakov@urfu.ru

SPIN: 8596-2861

Scopus AuthorID: 55948530300

ResearcherID: M-9430-2015

ORCID: 0000-0001-7564-9136

Раиль Агзамович Хайруллин

e-mail: 9396125@mail.ru

SPIN: 9000-2115

Финансирование: Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского научного фонда и Правительства Свердловской области, проект № 24-28-20414 «Адаптация к профессиональной деятельности в цифровой среде: «цена» и ценности (на материале социономических профессий)».

© Авторы (2024).

Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена.

Аннотация. Цифровизация социальной и трудовой жизни радикально изменила трудовые и межличностные коммуникации субъектов труда. Это сказывается на возникновении психологических проблем и переживаний, с которыми индивиды обращаются за психологической помощью. Актуальность исследования определяется важностью понимания проблем, с которыми приходят современные клиенты психологического консультирования (ПК), живущие и работающие в тесном взаимодействии с цифровыми технологиями, их ожиданий и индивидуальных ментальных особенностей. Целью исследования являлся анализ проблем, с которыми в настоящее время обращаются за помощью к психологам субъекты труда, вовлеченные в работу с цифровыми технологиями. Обнаружено, что цифровизация привела к явной тенденции увеличения количества клиентов с тревожными и другими стрессовыми состояниями, переживаниями социальной и профессиональной дезадаптации, признаками синдрома выгорания. Данные явления можно рассматривать как психологическую цену за адаптацию к профессиональной деятельности в условиях социальной турбулентности и цифровизации. Анализ запросов клиентов ПК разных поколений показал, что все они сталкиваются с рядом проблем, связанных с необходимостью адаптации к новым условиям трудовых отношений и жизни, с их цифровизацией, с переживаниями новых социально-психологических и технологических стрессов. Часто встречаются запросы клиентов относительно постоянных «дедлайн-стрессов» на работе, трудностей выстраивания эффективных отношений с коллегами, руководителями, заказчиками, проблем сохранения психологической устойчивости, стрессов морального выбора в условиях делегирования ответственности цифровым технологиям, а также другие вопросы профессионального благополучия и безопасности. Одной из причин изменения запросов клиентов и их вербального поведения в процессе консультирования, на наш взгляд, является циф-

ровизация, зависимость от нее и связанные с ней социокультурные изменения, технологические трансформации общественной и деловой жизни, ускорение темпа жизни. Наблюдения в практике психологического консультирования, а также обзор исследований других авторов свидетельствуют о значительных изменениях в психологическом профиле и поведении современных клиентов, что, в свою очередь, влияет на характер запросов, которые они предъявляют к психологическому консультированию. Это выдвигает теоретико-методологические вопросы о развитии новых технологий консультирования на основе интегративного подхода психологического консультирования.

Ключевые слова: цифровизация, психологическое консультирование, синдром выгорания, клиенты психологического консультирования, социальная турбулентность, стрессовые состояния, психологическая цена адаптации к профессиональной деятельности

An analysis of the demands and behavioral patterns of psychological counseling clients in the days of digitalization

N. E. Vodopyanova¹, E. V. Patrakov², R. A. Khairullin¹

¹ St. Petersburg State University,
7–9, Universitetskaya Emb., St. Petersburg 199034, Russia

² Ural Federal University,
19 Mira Str., Ekaterinburg 620062, Russia

Authors:

Natalia E. Vodopyanova

e-mail: vodop@mail.ru

SPIN: 5383-0610

Scopus AuthorID: 57221045883

ResearcherID: F-7259-2015

ORCID: 0000-0001-9751-913X

Eduard V. Patrakov

e-mail: e.v.patrakov@urfu.ru

SPIN: 8596-2861

Scopus AuthorID: 55948530300

ResearcherID: M-9430-2015

ORCID: 0000-0001-7564-9136

Rail A. Khairullin

e-mail: 9396125@mail.ru

SPIN: 9000-2115

ORCID: 0000-0003-1070-2412

Funding: The research was supported by the Russian Science Foundation and the Government of the Sverdlovsk region, project No. 24-28-20414 'Adaptation to professional activity in the digital environment: "price" and values (based on the material of socioeconomic professions)'.
Copyright:
© The Authors (2024).
Published by Herzen State Pedagogical University of Russia.

Abstract. Digitalization of social and work life has radically changed labor and interpersonal communications of labor subjects. This affects the occurrence of psychological problems and experiences with which individuals come to seek psychological help. The relevance of this study is determined by the importance of understanding the problems currently faced by psychological counseling (PC) clients who live and work closely with digital technologies, their expectations and individual mental characteristics. The purpose of this study is to analyze the individual characteristics and problems that labor subjects working with digital technologies are currently seeking help with from psychologists. It is shown that digitalization has led to a clear upward trend in the number of clients with anxiety and other stressful conditions, experiences of social and professional maladjustment or signs of burnout syndrome. These phenomena can be considered as a psychological cost of adaptation to one's professional activity amidst social turbulence and digitalization. An analysis of requests from PC customers of different generations showed that they all face a number of problems related to the need to adapt to new conditions of labor relations and life, their digitalization and experience of new socio-psychological and technological stresses. Customers often have requests regarding constant 'deadline stresses' at work, difficulties in building effective relationships with colleagues, managers or customers, problems with maintaining psychological stability, stresses of moral choice caused by delegating responsibility to digital technologies and other issues of professional well-being and safety. We believe that one of the reasons for changes in customers' requests and their verbal behavior during consulting lies in digitalization, dependence on it and related socio-cultural changes, technological transformations of social and business life, and accelerated pace of life. Observations derived from the psychological counseling practice and a review of studies by other authors indicate significant changes in the psychological profile and behavior of modern clients, which, in turn, affect their psychological counseling requests. This raises theoretical and methodological questions about the development of new counseling technologies based on the integrative psychological counseling approach.

Observations derived from the psychological counseling practice and a review of studies by other authors indicate significant changes in the psychological profile and behavior of modern clients, which, in turn, affect their psychological counseling requests. This raises theoretical and methodological questions about the development of new counseling technologies based on the integrative psychological counseling approach.

Keywords: digitalization, psychological counseling, burnout syndrome, psychological counseling clients, social turbulence, stressful conditions, psychological cost of adaptation to professional activity

Введение

В последнее десятилетие наблюдается существенные изменения в запросах клиентов, обращающихся за психологической помощью. Основные изменения в проблематике запросов связаны, прежде всего, с интенсивной цифровизацией технологий и производства, что не могло не затронуть профессиональную сферу субъекта труда. Такие же глобальные изменения произошли и в частной жизни работающего человека, что повлияло на баланс между работой и личной жизнью.

Понятие «цифровизация». Термин «цифровизация» возник в 1995 году и связан с масштабной трансформацией интернет-среды и интернет-технологий (Фомичева, Катаева 2022). Однако разночтения в определении термина появились из-за разных понятий, таких как, например, цифровая экономика (Вартанов и др. 2017).

В данной работе мы используем определение О. А. Соленой и А. А. Яковлевой и рассматриваем цифровизацию как «совокупность последовательных актов в различных сферах жизнедеятельности, применяемых с целью улучшения качества и повышения эффективности определенных процессов при помощи цифровых технологий» (Соленая, Яковлева 2023, 292).

Запросы и особенности поведения клиентов, работающих специалистов. За последние 10–15 лет увеличилось количество лиц, обращающихся за помощью с тревожными и депрессивными состояниями, стресс-синдромами усталости, выгоранием, одиночеством, проблемами потери трудовой мотивации, ценности работы и другими признаками социальной и трудовой дезадаптации.

Многие причины профессиональной дезадаптации и жалоб клиентов на психическое выгорание, по нашему мнению, обусловлены новой реальностью взаимодействия с цифровой средой.

Цифровизация привнесла рост когнитивной и зрительной нагрузки на фоне ограниченной двигательной активности;

увеличение психоэнергетической нагрузки за счет увеличения объемов и скорости информационных потоков; повышение темпа жизни; затруднение профессиональной идентичности из-за рекламирования в цифровом пространстве множества часто ложных, профессионально-карьерных ценностей и ориентиров; ослабление профессиональной и корпоративной приверженности (Гофман и др. 2023).

Вследствие цифровизации существенно изменились производственные модели, технологии, структуры организации труда, что требует дополнительных усилий по освоению новых навыков и умений субъектами труда. Это приводит к тому, что «с одной стороны, возникают вопросы, связанные с развитием себя как профессионала и становлением профессиональной идентичности, с другой — с важностью обеспечения психологического благополучия» (Абдуллаева, Титова, Емелин и др. 2023, 15–16).

Кардинальные трансформации организаций и рынка труда в связи с цифровизацией труда и социальной жизни часто выступают причиной развития дезадаптационных процессов работников. Это касается, прежде всего, субъектов труда «доцифрового поколения». Происходит быстрое устаревание рабочих навыков, компетенций, «информационной» составляющей профессии (Патраков 2021).

Цифровые технологии обеспечивают доступ к информации, но также приводят к когнитивной напряженности из-за многозадачности, интенсивности коммуникаций и зависимости от технологий, постоянного «дедлайна» (Хайруллин, Водопьянова 2024).

Цифровизация создает различия в доступе к информации и возможностям. Те, кто хорошо владеет цифровыми технологиями, имеют больше возможностей для образования, работы, общения и развлечений, а также доступа к информации и ресурсам (Панов 2021).

Труд стал более когнитивным, что привело к увеличению психического и физи-

ческого напряжения. Ф. Берарди отмечает, что «когнитивные работники» с чрезмерной когнитивной нагрузкой теряют вкус к жизни, эмоциональная жизнь и дружба рутинизируются, а количество близких и общественных связей уменьшается (Берарди 2019).

Профессиональная деятельность в цифровой среде сопряжена с рядом особенностей, которые могут оказывать негативное влияние на психологическое состояние людей, тесно взаимодействующих с информационно-цифровыми технологиями. К таким особенностям относятся:

1. Изоляция и отсутствие личного контакта. Работа в цифровой среде, особенно удаленная работа, часто лишает специалистов возможности для регулярного личного общения с коллегами и клиентами. Отсутствие личного контакта лишает работников стихийного взаимодействия (Hickman, Wigert 2020).

2. Перегрузка информацией.

3. Сложности в управлении временем и рабочим процессом. Пространственная гибкость рабочего места создаёт установку на рабочую активность. Формируется привычка думать о работе в любое время и в любом месте (Барабанщикова 2016).

Процедура и методы исследования

Методики. Для оценки индивидуально-психологических особенностей клиентов использовалась анкета с вопросами о демографических данных и вопросами относительно работы, времени взаимодействия с цифровыми ресурсами, баланса времени за неделю, уделяемого на работу и личную жизнь (отдых от работы). Применялись опросники «Личностная и ситуативная тревожность» (Ч. Д. Спилбергер), «Профессиональное выгорание» (Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова, А. Д. Наследов). Также использовались методы наблюдения за поведением клиентов в процессе психологического консультирования, беседа и семибалльные шкалы для оценки «душевного» благополучия и спокойствия.

Мнение о психологических особенностях клиентов и изменении их запросов, отношения к ПК, поведению изучались с помощью полуструктурированного интервью, фокус-группы психологов-консультантов. Вторую группу составили 20 практикующих психологов-консультантов. Из них 17 женщин, 3 мужчин. Общий стаж консультирования от 2 до 25 лет.

Выборка. В исследовании приняли участие 70 клиентов (женщин 65%, мужчин 35%), возраст от 18 до 63 лет. Все клиенты – работающие, в том числе, студенты, имеющие подработку. Все жители Санкт-Петербурга. Форма консультации: очная 80%, онлайн 20%. Общий рабочий стаж, среднее значение: 10 лет (от 0,5 года до 40 лет).

Результаты исследования и их обсуждение

Анализ результатов психологического тестирования группы клиентов ПК показал следующее. Большинство клиентов имеют высшее образование и занимают высокий должностной статус. В частности, имеют образование: средне-специальное – 15%, высшее – 85%. Занимают должностные позиции: менеджеры (70%); руководители (20%); предприниматели (10%). Семейное положение: 45% в браке, 20% холостые, 35% в разводе. Наиболее часто клиенты обращаются со следующими проблемами: неудовлетворенность работой, негативные психические состояния, чаще всего тревожность, вплоть до панических атак. Повод обращения относится к тревожным состояниям (45%), вопросам карьерного развития (20%), сложностям коммуникации (20%), проблемам с коллегами (10%), общей неудовлетворенности работой (5%). Большинство (95%) постоянно пользуются цифровыми устройствами с детства, с 5–9 лет. 80% клиентов проводят значительную часть времени (9–10 часов) в тесном взаимодействии с цифровыми ресурсами, большинство опрошенных при этом испытывали затруднение в разделении использования гаджетов на ра-

бочие и личные цели. Это говорит о том, что клиенты плохо различают грани рабочих и личных вопросов.

По результатам анализа и обобщения запросов клиентов мы распределили их по группам:

1. повышенная тревожность общего характера;
2. повышенная тревожность, связанная непосредственно с рабочей деятельностью (по интенсивности, ответственности);
3. признаки профессионального выгорания;
4. финансовая нагрузка (ипотека, дети, кредиты);
5. самооценка;
6. конфликты на работе;
7. необходимость выбора (смена работы, должности, переезда в другой город).

По результатам психологического тестирования обнаружено, что 58% клиентов имеет высокий уровень ситуативной тревожности, только 11% – низкий уровень. Согласно тестированию, 60% клиентов переживают «душевное неблагополучие», только 15% отличаются высоким «душевым благополучием и спокойствием». Значительная часть клиентов (63%) имеют высокий и очень высокий уровни профессионального выгорания, лишь 15% – низкий уровень выгорания.

На основе обобщения мнений психологов-консультантов в процессе фокус-группы обнаружено, что женщины чаще мужчин обращаются за ПК. При этом женщины проявляют готовность к многократным консультациям. Наиболее часто обращаются за психологической помощью женщины возраста 27–35 лет. Мужчины обращаются реже, количество консультаций меньше. При этом по статистике (нашей и опрошенных консультантов) за последнее десятилетие количество клиентов-мужчин существенно выросло.

По опросам практикующих консультантов, чаще всего называлась причина обращения – синдром выгорания с различными его проявлениями на эмоциональном, волевом, коммуникативном,

психоэнергетическом, психосоматическом уровнях. Феномен выгорания как следствие высокой поглощенности работой, виртуализация трудовых отношений и смены ценностно-смысловых жизненных приоритетов становится все более распространенным в условиях нарастания цифровизации и виртуализации современного общества, высокой нестабильности и неопределённости, требованиями к быстрой обучаемости, социальной и профессиональной адаптации. По определению А. В. Сечко, эмоциональное выгорание – это «комплекс органически связанных между собой признаков: эмоционального истощения, профессионального цинизма и редукации профессиональных достижений» (Сечко 2023). Можно предполагать, что современные работающие люди, сталкиваясь с увеличивающимся темпом жизни и возрастающими нагрузками взаимодействия с цифровой средой и цифровыми коммуникациями, стали чаще переживать симптомы эмоционального выгорания и называть эту проблему в качестве повода для ПК.

По мнению психологов – участников фокус-группы, за последнее десятилетие изменилась конфигурация отношений в системе «клиент – консультант» и поведение клиентов. Отмечается повышение доверия к психологам и понимание разницы между психологом-консультантом и терапевтом или психиатром.

Положительные изменения относительно услуг психологов-консультантов, возможно, связаны с целым рядом обстоятельств. Среди них:

1. Повышение интереса к психологии и психологической грамотности, рост саморефлексии и желания обсудить свои переживания с профессионалом.
2. Изменение отношения к себе и своим возможностям. К психологу обращаются, чтобы обсудить свои проблемы, а не только для лечения.
3. Желание быстрых решений и сужение круга эмоционального общения из-за цифровизации привели к парадок-

сальному мотиву очного обращения к психологу.

4. За десятилетие поведение клиентов на консультации изменилось от неуверенного и робкого к уверенному и подготовленному общению.
5. Среди причин обращений к психологу увеличились внешне наблюдаемые и осознаваемые переживания стрессовых состояний: панические атаки, тревожность, апатия, депрессия и другие переживания, свидетельствующие о социальной и трудовой дезадаптации.
6. Повышается спрос на онлайн-консультирование, особенно среди клиентов нового поколения. Однако наблюдается тенденция разделения очного консультирования от онлайн-консультирования как более дорогой и индивидуализированной услуги.
7. Появление новых профессий породило новые запросы по карьерному, профориентационному консультированию. Увеличилось количество обращений по смене профессии в старшем возрасте.
8. Увеличилось количество клиентов с тревожно-депрессивными состояниями и проблемами социальной и профессиональной дезадаптации. По мнению опрошенных психологов-консультантов, их количество возросло от 25 % в 2013 г. до 35% в 2023 г. При консультировании следует учитывать, что часть из них не называют тревожность причиной обращения, а скорее жалуются на проявление последствий тревоги, что ставит задачу по диагностике таких состояний по косвенным признакам.

Заключение

Наблюдается явная тенденция увеличения количества клиентов с тревожно-депрессивными состояниями, переживаниями синдрома профессионального выгорания и неблагополучия как следствие социальной и профессиональной дезадаптации. Данная тенденция связана, на наш взгляд, с широким спектром социокультурных изменений, технологических трансформаций, цифровизацией общественной, возможно, «цифровой трансформацией когнитивного стиля» и другими эффектами цифровизации деловой и личной жизни. Особенно ярко это прослеживается у субъектов труда «доцифрового» поколения.

Социальная турбулентность в эпоху глобальных экономических и политических изменений, а также цифровизация общества, существенно изменили запросы лиц, которые обращаются за психологической помощью. Это связано с кардинальными изменениями российского общества, а также экономической и геополитической ситуациями.

Предполагалось, что кардинальные социальные и технологические изменения жизни россиян, включая цифровизацию трудовых и личных взаимодействий, повлияли на проблемы российских клиентов ПК. Результаты подтверждают наши предположения. Новые вызовы цифровизации требуют совершенствования моделей и технологий психологической помощи с учетом контекста психологических трудностей и индивидуально-психологические особенности клиентов. Перспективным подходом, на наш взгляд, является ресурсно-ориентированное направление консультирования, которое направлено на расширение «ресурсной базы» работающих клиентов.

Литература

- Абдуллаева, М. М., Титова, М. А., Емелин, В. А., Печковская, Е. М. (2023) Векторная модель развития профессиональной идентичности современных специалистов с разным уровнем психологического благополучия в условиях цифровизации профессиональных сред. *Вестник Московского университета. Серия 14. Психология*, т. 46, № 4, с. 11–35. DOI: 10.11621/LPJ-23-37

- Барабанщикова, В. В. (2016) *Профессиональные деформации в профессиях инновационной сферы. Диссертация на соискание ученой степени доктора психологических наук*. М., МГУ, 359 с.
- Берарди, Ф. (2019) *Душа за работой. От отчуждения до автономии*. М.: Грюндриссе, 280 с.
- Березина, Т. Н., Деулин, Д. В., Поздняков В. М. и др. (2023) *Социально-психологическая технология профилактики и преодоления профессионального выгорания у педагогов общеобразовательных организаций: монография*. М.: «Русайнс», 268 с.
- Вартанова, Е. Л., Вырковский, А. В., Макеенко, М. И. и др. (2017) *Индустрия российских медиа: цифровое будущее: монография*. М.: МедиаМир, с. 7–18.
- Гофман, О. О., Водопьянова, Н. Е., Джумагулова, А. Ф., Никифоров, Г. С. (2023) Проблема профессионального выгорания специалистов в сфере информационных технологий: теоретический обзор. *Организационная психология*, т. 13, № 1, с. 117–144.
- Панов, В. И. (2021) Некоторые психологические аспекты цифровизации. *Новая психология профессионального труда педагога: от нестабильной реальности к устойчивому развитию*, № 1, с. 36–39.
- Патраков, Э. В. (2021) Цифровая трансформация субъекта труда: социальные взаимодействия, концепции, перспективы исследования. *Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика*, т. 7, № 2, с. 66–73. DOI: 10.34216/2073-1426-2021-27-2-66-73
- Соленая, О. А., Яковлева, А. А. (2023) Проблема представления термина «цифровизация»: отечественный и зарубежный опыт. В кн.: А. А. Кермво (ред.). *Культура и природа политической власти: теория и практика. Сборник научных трудов*. Екатеринбург: Уральский государственный педагогический университет, с. 289–293.
- Фомичёва, Т. В., Катаева, В. И. (2019) Ценности россиян в контексте цифровизации российской экономики. *Уровень жизни населения регионов России*, № 2, с. 80–84.
- Хайруллин, Р. А., Водопьянова, Н. Е. (2024) Профессиональная адаптация и дезадаптация субъектов труда в условиях цифровизации. *Вестник Тверского государственного университета. Серия «Педагогика и психология»*, № 1, с. 150–157.
- Hickman, A., Wigert, B. (2020) Lead your remote team away from burnout, not toward it. *GALLUP Workplace*. [Электронный ресурс]. URL: <https://www.awpnow.com/main/2020/08/10/lead-your-remote-team-away-from-burnout-not-toward-it/> (дата обращения 28.10.2024).

References

- Abdullaeva, M. M., Titova, M. A., Emelin, V. A., Pechkovskaya, E. M. (2023) Vektornaya model' razvitiya professional'noj identichnosti sovremennykh spetsialistov s raznym urovnem psikhologicheskogo blagopoluchiya v usloviyakh tsifrovizatsii professional'nykh sred [A vector model of the development of professional identity of modern specialists with different levels of psychological well-being in the conditions of digitalization of professional environments] *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14. Psikhologiya — Bulletin of the Moscow University Series 14. Psychology*, vol. 46, no. 4, pp. 11–35. (In Russian)
- Barabanshchikova, V. V. (2016) *Professional'nye deformatsii v professiyakh innovatsionnoj sfery [Professional deformations in the professions of the innovation sphere]. PhD dissertation (Psychology)*. Moscow, MSU, 359 p. (In Russian)
- Berardi, F. (2019) *Dusha za rabotoj. Ot otchuzhdeniya do avtonomii [The soul at work. From alienation to autonomy]*. Moscow: Gryundrisse Publ., 280 p. (In Russian)
- Berezina, T. N., Deulin, D. V., Pozdnyakov, V. M. et al. (2023) *Sotsial'no-psikhologicheskaya tekhnologiya profilaktiki i preodoleniya professional'nogo vygoraniya u pedagogov obshcheobrazovatel'nykh organizatsij: monografiya [Socio-psychological technology of prevention and overcoming of professional burnout among teachers of educational institutions, monograph]*. Moscow: Rusajns Publ., 268 p. (In Russian)
- Fomicheva, T. V., Kataeva, V. I. (2019) Tsennosti rossiyan v kontekste tsifrovizatsii rossijskoj ekonomiki [The values of Russians in the context of the digitalization of the Russian economy]. *Uroven' zhizni naseleniya regionov Rossii — The standard of living of the population of the regions of Russia*, no. 2, vol. 2. pp. 80–84. (In Russian)
- Gofman, O. O., Vodop'yanova, N. E., Dzhumagulova, A. F., Nikiforov, G. S. (2023) Problema professional'nogo vygoraniya spetsialistov v sfere informatsionnykh tekhnologij: teoreticheskij obzor [The

- problem of professional burnout of specialists in the field of information technology: a theoretical review]. *Organizatsionnaya psikhologiya — Organizational psychology*, vol. 13, no. 1, pp. 117–144. (In Russian)
- Hickman, A., Wigert, B. (2020) Lead your remote team away from burnout, not toward it. *GALLUP Workplace*. [Online]. Available at: <https://www.awpnow.com/main/2020/08/10/lead-your-remote-team-away-from-burnout-not-toward-it/> (accessed: 28.10.2024). (In English)
- Khairullin, R. A., Vodop'yanova, N. E. (2024) Professional'naya adaptatsiya i dezadaptatsiya sub"ektov truda v usloviyakh tsifrovizatsii [Professional adaptation and maladaptation of labor subjects in the context of digitalization]. *Vestnik Tverskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya «Pedagogika i psikhologiya» — Bulletin of Tver State University. Series "Pedagogy and Psychology"*, no. 1, pp. 150–157. (In Russian)
- Solenaya, O. A., Yakovleva, A. A. (2023) Problema predstavleniya termina «tsifrovizatsiya»: otechestvennyi i zarubezhnyi opyt [The problem of presenting the term "digitalization": domestic and foreign experience]. In: A. A. Kerimov (ed.). *Kul'tura i priroda politicheskoy vlasti: teoriya i praktika. Sbornik nauchnykh trudov — Culture and the nature of political power: theory and practice Collection of scientific papers*. Ekaterinburg: Ural State Pedagogical University Publ., pp. 289–293. (In Russian)
- Panov, V. I. (2021) Nekotorye psikhologicheskie aspekty tsifrovizatsii [Some psychological aspects of digitalization]. *Novaya psikhologiya professional'nogo truda pedagoga: ot nestabil'noj real'nosti k ustoychivomu razvitiyu — The new psychology of professional work of a teacher: from unstable reality to sustainable development*, no. 1, vol. 1, pp. 36–39. (In Russian)
- Patrakov, E. V. (2021) Tsifrovaya transformatsiya sub"ekta truda: sotsial'nye vzaimodeistviya, kontseptsii, perspektivy issledovaniya [Digital transformation of the labor subject: social interactions, concepts, research perspectives]. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogika. Psikhologiya. Sotsiokinetika — Bulletin of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics*, vol. 7, no. 2, pp. 66–73. DOI: 10.34216/2073-1426-2021-27-2-66-73 (In Russian)
- Vartanova, E. L., Vyrkovskij, A. V., Makeenko, M. I. et al. (2017) *Industriya rossijskikh media: tsifrovoe budushchee: monografiya [The Russian media industry, the digital future, a monograph]*. Moscow: MediaMir Publ., pp. 7–18. (In Russian)