ЛИЧНОСТНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ КАК ГОТОВНОСТЬ К САМОРАЗВИТИЮ: МЕЖДУНАРОДНОЕ РЕГУЛИРОВАНИЕ ЦИФРОВОГО КОНТЕНТА ДЛЯ ОСОЗНАННОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ ЧЕЛОВЕКА

Алейникова Ольга Валентиновна
Международный институт профессионального развития педагога, г. Москва, Россия
Заведующий лабораторией «Методология и инновационные образовательные технологии развития личностного потенциала человека»
https://doi.org/10.5281/zenodo.23509551

Аннотация. *В статье рассматривается проблема развития личности в условиях тотальной цифровизации, когда интернет-пространство становится полноценной средой социализации. Опираясь на конструкт «цифровая социализация» (Г.У. Солдатова, А.Е. Войскунский) и классические отечественные концепции развития личности (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, А.В. Петровский, А.Г. Асмолов), автор показывает, что цифровые платформы выступают новой референтной группой, а потребность в персонализации может подменяться зависимостью от алгоритмической валидации.*

Ключевой тезис: если осознанная саморегуляция — это механизм, позволяющий человеку оставаться субъектом в цифровой среде, то личностный потенциал — ресурс, который данный механизм приводит в действие. Через понятие «развиваемость» (А.К. Маркова) и компетентностно-деятельностный подход (О.М. Коломиец) обосновывается, что потенциал формируется в целенаправленной активности, а осознанное использование технологий становится деятельностью, развивающей личность.

Отдельное внимание уделено угрозам «экономики внимания» и феномену «когнитивной скупости», подменяющим внутренние волевые усилия алгоритмическими подсказками. В качестве ответа обосновывается необходимость международной стандартизации цифрового контента для личностного развития и создания единого консорциума под эгидой профильных педагогических и психологических институтов.

Ключевые слова: *цифровая социализация, развитие личности, личностный потенциал, осознанная саморегуляция, развиваемость, цифровой контент, человеческий капитал.*

В современном мире юношеский период развития человека проходит в стремительно развивающемся цифровом мире, где интернет пространство играет важную роль в повседневной жизни. Цифровой контент предоставляет беспрецедентные возможности для обучения, доступа к новой информации и общения со сверстниками. В эпоху тотальной цифровизации контент для личностного развития (образование, ментальное и эмоциональное здоровье, развитие навыков и многое другое) стал важнейшим элементом непрерывного образования. На сегодняшний день цифровая среда из инструментария трансформировалась в виртуальное пространство, в котором происходит формирование личности. Интернет стал полноценным пространством

взросления и социализации. Конструкт «цифровая социализация» был введен Г.У. Солдатовой и А.Е. Войскунским. По их определению «цифровые технологии встраиваются в когнитивную и социальную систему человека… и видоизменяют ее»[1]. Если раньше в основном обсуждалось влияние неприемлемого контента и чрезмерное использование цифровых медиа, то теперь речь идет о влиянии алгоритмических систем на когнитивное развитие, эмоциональное состояние и, что особенно важно, на процесс построения самоидентичности и развитие потенциала личности. Цифровой контент формирует идентичность молодежи, предоставляя иное восприятие мира. Таким образом актуальность международного регулирования цифрового контента обусловлена тем, цифровая среда стала ключевым фактором формирования и развития личности.

Развитие личности рассматривалось в отечественной науке посредством нескольких базовых концепций. Основоположником многих идей выступил Л.С. Выготский[2]. В основе его культурно-исторической теории развития личности – «социальная ситуация развития». Развитие личности происходит через присвоение культурных знаков и орудий в процессе общения со взрослыми, в зоне ближайшего развития. Идеи А.Н. Леонтьева касательно развития личности базируются на теории деятельности. Личность есть продукт иерархии деятельностей, в которых она участвует. И движет ее «личностный смысл» и «мотив». С.Л. Рубинштейн считал источником развития личности субъектную позицию в жизни. Человек развивается, разрешая противоречия между внешним и внутренним, социальным и индивидуальным. Ключевое понятие его концепции — субъект жизни, активный строитель собственной жизни. Б.Г. Ананьев выделил «индивидуальность», как высший уровень развития человека. Это неповторимое сочетание всех свойств индивида (как биологического существа), личности (как продукт социализации) и субъекта деятельности (труда и познания). В.Н. Мясищев полагал, что личность определяет активная, сознательная и избирательная система отношений человека к миру и окружающей действительности. А.В. Петровский предложил теорию, где основой развития выступает потребности личности в персонализации (быть значимым для других). Движущей силой служит противоречие между потребностью в персонализации и объективной заинтересованностью группы принимать лишь те проявления индивидуальности, которые соответствуют ее

[1] Солдатова, Г.У., & Войскунский, А.Е. (2021). Социально-когнитивная концепция цифровой социализации: новая экосистема и социальная эволюция психики. Психология. Журнал Высшей школы экономики.
[2] Психология личности. Том 2. Отечественная психология / Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, А.Г. Асмолов и др. — Самара: Бахрах-М, 2013. — 544 с.

ценностям и задачам. Он выделил три фазы развития личности в группе: адаптация (усвоение норм и правил, овладение средствами деятельности); индивидуализация (выделение своей индивидуальности); интеграция (полноценная общность с группой и вклад личности в развитие группы). Согласно концепции развития личности А.Г. Асмолова, человек развивается в совместной предметной деятельности (учении, игре, труде и общении) возникают те «кирпичики», из которых строится личность. Развитие есть процесс социализации, в котором человек присваивает общественный опыт. Движущие силы развития — это противоречия, стремления к сохранению (адаптация) и стремления к изменению (активная неадаптивность).

Концепции, о которых шла речь, закладывают фундамент для понимания того, как человек может (или не может) управлять собой в условиях цифрового мира. Цифровые платформы теперь выступают основной «референтной группой», а «лайк» - форма социального одобрения. Проблема возникает, когда потребность в персонализации становится настолько сильной, что человек попадает в зависимость от внешней валидации (лайков, подписчиков), и его саморегуляция подменяется погоней за одобрением алгоритмов. Отвлекающие факторы, алгоритмические ленты и циклы мгновенного удовлетворения позволяют увидеть классические психологические проблемы: построение иерархии мотивов (Леонтьев), разрешение противоречий (Рубинштейн), опосредование поведения (Выготский). Осознанная саморегуляция позволяет использовать преимущества цифровой среды и развиваться как личность в условиях перманентной цифровой стимуляции.

Если осознанная саморегуляция — это механизм, позволяющий человеку оставаться субъектом в цифровой среде, то личностный потенциал — это тот ресурс, который данный механизм приводит в действие и одновременно развивает. В цифровой среде это различие становится принципиальным. Можно владеть отдельными приёмами саморегуляции (таймеры, блокировщики, цифровые детоксы), но без опоры на личностный потенциал эти приёмы остаются внешними, хрупкими и легко разрушаются при столкновении с алгоритмически выверенной стимуляцией. Личностный потенциал превращает набор техник в устойчивую способность. Мы понимаем личностный потенциал как развиваемость. Понятие развиваемость было введено автором психологической концепции профессионализма А.К. Марковой[3]. Развиваемость – это, по сути, тот самый внутренний потенциал, который и составляет основу способности человека к саморазвитию. Маркова,

[3] Маркова А. К. Психология профессионализма. М.: Международный гуманитарный фонд «Знание», 1996. 308 с.

говоря о саморазвиваемости, отмечала, что ее высокий уровень проявляется в инициативе, самостоятельной постановке целей, рефлексии и внутренней устойчивости. Личностный потенциал укоренён в ценностях и смыслах — это не набор техник, а духовно-нравственная основа. В цифровой среде, где алгоритмы целенаправленно воздействуют на импульсивные реакции, именно ценностная опора становится тем «якорем», который позволяет сохранять субъектность. Развитие потенциала — это деятельность. Компетентностно-деятельностный подход показывает: потенциал не «раскрывается» сам, он формируется в целенаправленной активности. Применительно к цифровой среде это означает: осознанное использование технологий (а не пассивное потребление) становится деятельностью, развивающей личность. Международный институт профессионального развития педагога, руководителем которого является доктор педагогических наук О.М. Коломиец, проводит междисциплинарные исследования в области всех уровней образования, которые образуют непрерывную систему образования человека в течении всей его жизни. Ведутся разработки психолого-педагогических технологий развития личностного потенциала. Самотрансценденция[4] как критерий зрелости. В контексте цифровой среды, которая поощряет замыкание в персонализированном «пузыре» и погоню за валидацией, способность выйти за пределы собственного «Я» к ценностям и служению — это именно тот личностный потенциал, который противостоит алгоритмической фрагментации личности

В эпоху тотальной цифровизации контент для личностного развития (образование, ментальное здоровье, развитие навыков и многое другое) стал важнейшим элементом непрерывного образования. Однако главный вызов заключается в том, что цифровизация может как активизировать эту готовность к развитию, так и полностью ее подавить, превратив пользователя в пассивного потребителя алгоритмических подсказок. Алгоритмы определяют видимость информации. Рекомендательные системы структурируют информационный контент и формирует картину мира, в котором растет человек. Именно поэтому международная стандартизация этой сферы сегодня жизненно необходима. Взрывной рост рынка личностного развития породил острую проблему: отсутствие единых международных критериев качества, безопасности и главное методологической обоснованности контента.

[4] О. М. Коломиец, О. В. Алейникова, В. В. Бенджеллун Самоценность и трансцендентность как высшая точка развития личностного потенциала обучающегося в течение всей жизни // МНКО. 2024. №1 (104).

Большинство современных цифровых продуктов построены по законам экономики внимания[5], которая истощает человека. Основная идея экономики внимания — конвертировать внимание в прямой или косвенный доход. Выделиться, вынудить аудиторию реагировать на послание и удерживать интерес как можно дольше. Используются дофаминовые петли, агрессивные уведомления и готовые шаблоны[6]. Вместо того чтобы развивать автономию пользователя, контент часто формирует зависимость. Человек потребляет огромное количество информации, но его реальная готовность действовать и меняться в физическом мире стремится к нулю. Мы сталкиваемся с феноменом «когнитивной скупости», когда цифровой инструмент подменяет собой внутренние волевые усилия человека. Когнитивная скупость — это склонность человеческого мозга экономить умственные ресурсы и выбирать более простые, быстрые и привычные способы мышления вместо глубокого анализа.

На сегодняшний день практически не оценивается влияние глобального контента на ментальное и эмоциональное состояние. На международном уровне нет единого понятийного аппарата. Кроме того, искусственный интеллект (ИИ) генерирует персонализированный контент за секунды. Поэтому необходимы правила и алгоритмы для самого ИИ, которые будут автоматически формировать развитие человека. Рекомендательные системы ИИ не должны предлагать контент, который манипулирует уязвимостями человека (например, его тревожностью или неуверенностью в себе), ради увеличения экранного времени. Алгоритм должен подталкивать к автономии. Контент для развития личности должен разрабатываться совместно с сертифицированными экспертами (педагогами, психологами и методологами). Стандарты должны требовать от разработчиков подтверждения: развивает ли их курс человека или вводит в иллюзию компетентности? Назрела необходимость создания единого международного консорциума под эгидой профильных педагогических и психологических институтов. Специализированные институты могут тестировать новые подходы к развитию личности на ограниченных выборках пользователей, под контролем независимых этических комитетов.

Контент, прошедший международную сертификацию соответствия критериям развития личностного потенциала, должен получать приоритетный

[5] Loewenstein, George, and Zachary Wojtowicz. 2025. "The Economics of Attention." Journal of Economic Literature 63 (3): 1038–89.
DOI: 10.1257/jel.20241665

[6] Masri-Zada T, Martirosyan S, Abdou A, Barbar R, Kades S, Makki H, Haley G, Agrawal DK. The Impact of Social Media & Technology on Child and Adolescent Mental Health. J Psychiatry Psychiatr Disord. 2025;9(2):111-130. Epub 2025 Apr 16. PMID: 40520349; PMCID: PMC12165459.

доступ к государственным образовательным заказам и корпоративным обучающим программам. Совершенствование международных стандартов в этой сфере — это не вопрос цензуры или жестких ограничений. Это вопрос безопасности человеческого капитала. Если мы оставим рынок цифрового контента для саморазвития хаотичным, мы рискуем получить поколение людей с высоким уровнем информированности, но с атрофированной волей и полным отсутствием подлинной готовности к развитию. Наша общая задача — пересобрать механизмы регулирования так, чтобы цифровой контент стал научно обоснованным инструментом, помогающим человеку активизировать его личностный потенциал и осознанную готовность менять себя и мир вокруг.

Список литературы

1. Коломиец, О.М. Самоценность и трансцендентность как высшая точка развития личностного потенциала обучающегося в течение всей жизни / О.М. Коломиец, О.В. Алейникова, В.В. Бенджеллун // Мир науки. Культура. Образование. — 2024. — № 1 (104). — URL: https://cyberleninka.ru/article/n/samotsennost-i-transtsendentnost-kak-vysshaya-tochka-razvitiya-lichnostnogo-potentsiala-obuchayuschegosya-v-techenie-vsey-zhizni (дата обращения: 01.10.2026).
2. Маркова, А.К. Психология профессионализма / А.К. Маркова. — М. : Международный гуманитарный фонд «Знание», 1996. — 308 с.
3. Психология личности. Том 2. Отечественная психология / Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, А.Г. Асмолов [и др.]. — Самара : Бахрах-М, 2013. — 544 с.
4. Солдатова, Г.У. Социально-когнитивная концепция цифровой социализации: новая экосистема и социальная эволюция психики / Г.У. Солдатова, А.Е. Войскунский // Психология. Журнал Высшей школы экономики. — 2021. — Т. 18, № 3. — С. 431–450.
5. Loewenstein, G. The Economics of Attention / G. Loewenstein, Z. Wojtowicz // Journal of Economic Literature. — 2025. — Vol. 63, No. 3. — P. 1038–1089. — DOI: 10.1257/jel.20241665.
6. Masri-Zada, T. The Impact of Social Media & Technology on Child and Adolescent Mental Health / T. Masri-Zada, S. Martirosyan, A. Abdou [et al.] // Journal of Psychiatry and Psychiatric Disorders. — 2025. — Vol. 9, No. 2. — P. 111–130. — PMID: 40520349; PMCID: PMC12165459.