



Научная статья

УДК 37.015.3:004.9

EDN WGXTLG

<https://www.doi.org/10.33910/3034-4255-2026-3-1-51-63>

Академический фаббинг: обзор

А. В. Тихомиров ^{✉1}, М. В. Овчинникова ²

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

² Санкт-Петербургский государственный лесотехнический университет им. С. М. Кирова,
194021, г. Санкт-Петербург, Институтский пер., д. 5

Для цитирования: Тихомиров, А. В., Овчинникова, М. В. (2026) Академический фаббинг: обзор. *Современное образование и общество*, т. 3, № 1, с. 51–63. <https://www.doi.org/10.33910/3034-4255-2026-3-1-51-63> EDN WGXTLG

Получена 16 марта 2026; прошла рецензирование 23 апреля 2026; принята 3 июня 2026.

Финансирование: Исследование не имело финансовой поддержки.

Права: © А. В. Тихомиров, М. В. Овчинникова (2026). Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена. Открытый доступ на условиях лицензии CC BY 4.0.

Аннотация. Повсеместное использование информационных технологий студентами привело к появлению в образовательной среде феномена, описываемого понятием «академический фаббинг». Академический фаббинг — это форма отвлечения внимания, возникающая в условиях образовательного взаимодействия, когда студент переключается на смартфон вне образовательных целей, что приводит к снижению вовлеченности в учебный процесс, нарушению академической коммуникации с преподавателем и окружающими, и может носить как преднамеренный, так и непреднамеренный характер.

Цель данного исследования — подготовить обзор современного понимания академического фаббинга на основе научных исследований. Поиск релевантных исследований проводился в семи базах данных: ScienceDirect издательства Elsevier, Academic Reference (CNKI) Научно-исследовательские работы КНР, Springer Nature, Nature, Sage Publishing, Wiley, РИНЦ (Российский индекс научного цитирования). В соответствии с заранее определенными критериями были отобраны пять исследовательских статей по теме академического фаббинга, возникающего в образовательной среде.

Были проведены извлечение данных и нарративный синтез по пяти статьям, включенным в это исследование. Выделено пять категорий: 1) характеристики исследования, 2) определения, 3) признаки академического фаббинга, 4) детерминанты академического фаббинга, 5) последствия академического фаббинга.

Результаты этого исследовательского обзора подчеркивают необходимость дальнейших исследований для выявления способов противодействия академическому фаббингу в образовательной среде.

Ключевые слова: фаббинг, академический фаббинг, проблемное использование смартфона в образовательной среде, признаки академического фаббинга, детерминанты академического фаббинга, последствия академического фаббинга, обзор

Academic phubbing: A literature review

A. V. Tikhomirov^{✉1}, M. V. Ovchinnikova²

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

² Saint-Petersburg State Forest Technical University, 5 Institutsky Per., Saint Petersburg 194021, Russia

For citation: Tikhomirov, A. V., Ovchinnikova, M. V. (2026) Academic phubbing: A literature review. *Modern Education and Society*, vol. 3, no. 1, pp. 51–63. <https://www.doi.org/10.33910/3034-4255-2026-3-1-51-63> EDN WGXTLG

Received 16 March 2026; reviewed 23 April 2026; accepted 3 June 2026.

Funding: The study did not receive any external funding.

Copyright: © A. V. Tikhomirov, M. V. Ovchinnikova (2026). Published by Herzen State Pedagogical University of Russia. Open access under CC BY License 4.0.

Abstract. The widespread use of information technology by students has led to the emergence of ‘academic phubbing’ within educational environments. This phenomenon represents a form of distraction during educational interaction, redirecting a student’s attention to a smartphone for non-educational purposes. Such behavior reduces engagement in learning and disrupts academic communication with instructors and peers. Academic phubbing can be both intentional and unintentional.

This study reviews the understanding of academic phubbing based on current literature. Relevant studies were searched across seven databases: ScienceDirect (Elsevier), Academic Reference (CNKI — China National Knowledge Infrastructure), Springer Nature, Nature, Sage Publishing, Wiley, and the RSCI (Russian Science Citation Index). Five research articles on academic phubbing in educational settings were selected according to predetermined criteria.

Data extraction and narrative synthesis were performed on these five articles. Five categories were identified: (1) study characteristics, (2) definitions, (3) signs of academic phubbing, (4) determinants of academic phubbing, and (5) consequences of academic phubbing.

The findings emphasize the need for further research to identify ways to counteract academic phubbing in educational environments.

Keywords: phubbing, academic phubbing, problematic smartphone use in educational environments, signs of academic phubbing, determinants of academic phubbing, consequences of academic phubbing, literature review

Введение

Развитие информационных технологий и мобильных устройств привело к возникновению явления «фаббинг» — формы социального поведения, проявляющейся в игнорировании другого человека в ситуации взаимодействия посредством отвлечения внимания на смартфон, что воспринимается окружающими как обесценивание взаимодействия. Фаббинг изучался в различных контекстах: «партнерский фаббинг», «фаббинг босса», «фаббинг коллег на рабочем месте», «семейный фаббинг», «академический фаббинг». Образовательная среда вносит принципиальные особенности в изучение фаббинга, отличающие его от изучения в семье, партнерских отношениях, на работе. Ролевые отношения в академической среде строятся в логике вертикали власти («преподаватель — студент»). Цель нахождения на занятии — получение знаний и формирование компетенций. Фаббинг во время занятия — прямое нарушение институциональных норм и запретов преподавателя. В ситуации

нахождения в аудитории игнорируется не только преподаватель, но и другие студенты, там находящиеся. Это приводит к выводу, что академический фаббинг — не частный случай общего фаббинга, а качественно иной феномен.

Высшее образование столкнулось с новым вызовом, связанным с процессами цифровизации образования и глубоким проникновением смартфонов в жизнь людей. Смартфоны могут быть использованы как для личных, так и для учебных целей, что сделало их характерным признаком студенчества (Kılıç, Güler 2025), но нахождение со смартфоном в образовательном пространстве породило феномен фаббинга, практики игнорирования окружающих в социальной среде из-за сосредоточения внимания на своем мобильном устройстве (Chotpitayasunondh, Douglas 2018). В образовательной среде академический фаббинг определяется как процесс отвлечения обучающегося на смартфон в ситуации учебного взаимодействия, не связанного с целями обучения, что приводит к снижению включенности в учебное занятие (Kılıç, Güler 2025; Ragozinskaya 2023).

Исследователи отмечают массовую включенность студентов в этот феномен, до 95% студентов один-два раза переключали внимание на смартфон на занятии, а для трети такое отвлечение внимания является ежедневной практикой (Pronenko, Loseva 2026; Ragozinskaya 2023). Несмотря на то, что 80% студентов осознают негативный эффект отвлечения на смартфон, использование в образовательной среде смартфона для обмена сообщениями, просмотра веб-страниц стало для студентов привычкой, способом борьбы со скукой и связи с внешним миром (Pronenko, Loseva 2026; Ragozinskaya 2023).

Исследователи по-разному рассматривают феномен фаббинга. Некоторые из них изучали фаббинг как следствие различных форм аддитивного поведения — зависимость от интернета, социальных сетей, смартфона (Guazzini et al. 2019; Rahman et al. 2022), другие исследователи сфокусировали внимание на том, что фаббинг может выполнять защитную функцию как способ избежать дискомфорта в стрессовом взаимодействии (Gao et al. 2023; Guazzini et al. 2022), но, независимо от позиции, авторы оценивали последствия фаббинга как негативные.

Особенности проявления фаббинга в ситуации межличностных и романтических отношений изучены достаточно подробно (McDaniel, Coyne 2016; Roberts, David 2016; Wang et al. 2017). Контекст образовательной среды изучен фрагментарно. Исследования показывают, что академический фаббинг не только отвлекает самого учащегося, но и влияет на окружающих. Академический фаббинг приводит к когнитивной перегрузке (Ragozinskaya 2023), нарушает концентрацию внимания (Leonhardt et al. 2025), способствует академической прокрастинации (Parmaksiz 2023) и снижает академическую успеваемость (Capilla Garrido et al. 2024; Kobicheva et al. 2025). Такое поведение обучающихся рассматривается преподавателями как нарушающее дисциплину в аудитории и подрывает их мотивацию для ведения занятия (Kılıç, Güler 2025; Nazir 2020).

Исследования, посвященные академическому фаббингу, немногочисленны. Одна группа исследований, анализируя психологические процессы, предполагает, что значительная роль детерминации академического фаббинга связана с нарушениями саморегуляции и самоконтроля в ситуации учебного занятия (Isrofin, Munawaroh 2021; Pronenko, Loseva 2026). Другие исследователи (Ragozinskaya 2023) отмечают, что нейropsychологические аспекты фаббинга малоизучены. На данный момент существует

недостаток диагностических методик, изучающих академический фаббинг в образовательной среде (Kılıç, Güler 2025). Неочевидна связь академической мотивации и вовлеченности в учебный процесс с академическим фаббингом (Kobicheva et al. 2025; Pronenko, Loseva 2026). Таким образом, обзорное исследование ставит задачу проанализировать предметное поле исследований, посвященных феномену академического фаббинга, возникающему непосредственно в образовательной среде.

1. Методы

Данный обзор литературы был основан на следующем исследовательском вопросе: «Какие современные знания получены в результате научных исследований, посвященных проблеме “академического фаббинга”, возникающей непосредственно в образовательной среде?»

1.1. Источники данных и стратегия поиска

27 февраля 2026 г. был проведен поиск исследований в семи базах данных: ScienceDirect издательства Elsevier, Academic Reference (CNKI) Научно-исследовательские работы KHP, Springer Nature, Nature, Sage Publishing, Wiley, РИНЦ (Российский индекс научного цитирования).

1.2. Отбор исследований

Фаббинг возникает в различных средах (семейной, партнерской, рабочей, академической), но устоявшийся термин «академический фаббинг» на данный момент отсутствует. Авторы используют в названиях исследований следующие словосочетания: «фаббинг и вовлеченность в учебный процесс», «фаббинг в образовании»; «фаббинг среди студенческой молодежи», «фаббинг в академической среде», «фаббинг в классе», «фаббинг в студенческой среде», «фаббинг в аудитории», что создало необходимость поиска исследований по поисковым запросам «Phubbing» и «Фаббинг» и дальнейшего отбора с помощью изучения названий и аннотаций исследований.

Для определения пригодности источников использовались следующие критерии включения. Во-первых, исследования должны были быть доступны на английском, русском, китайском языках в полнотекстовой форме. Во-вторых, они должны были быть посвящены тематике «академического фаббинга» как феномена, возникающего непосредственно в образовательной среде. В-третьих, статьи должны содержать результаты прикладных научных исследований.

Наконец, статьи должны были быть опубликованы в журналах, индексируемых научными базами данных.

Для поиска исследований были использованы следующие поисковые запросы. В иностранных базах применялись запросы: (phubbing OR “smartphone distraction”) AND (“academic performance” OR “student engagement”); (“classroom phubbing” OR “academic phubbing”) AND (motivation OR achievement); “prospective teachers” AND “phubbing” AND “academic environment”. В российской базе РИНЦ использовались запросы: «фаббинг успеваемость студенты», «фаббинг вовлеченность в учебу», «фаббинг академическая среда мотивация», «типы учебной мотивации фаббинг», «фаббинг на лекции преподаватель», «студенты фаббинг учитель выгорание», «нейропсихологические особенности фаббинг», «фаббинг когнитивные функции студенты», «классный фаббинг».

В итоге для включения в этот исследовательский обзор были отобраны пять исследо-

ваний по проблеме академического фаббинга, возникающего непосредственно в образовательной среде. Схема отбора представлена на рисунке 1.

1.3. Извлечение и анализ данных

Из отобранных статей по проблематике академического фаббинга, возникающего непосредственно в образовательной среде, извлечены следующие характеристики: автор, год, страна, название, цель, участники, методы диагностики фаббинга, основные результаты, которые представлены в таблице 1.

В данном исследовании сбор данных осуществлялся с использованием подхода нарративного синтеза (Poraу et al. 2006), который предполагает обобщение и объяснение результатов нескольких исследований, в основном с помощью категорий и текста. Нарративный синтез позволил представить результаты в пяти основных категориях: 1) характеристики исследования, 2) определения, 3) признаки

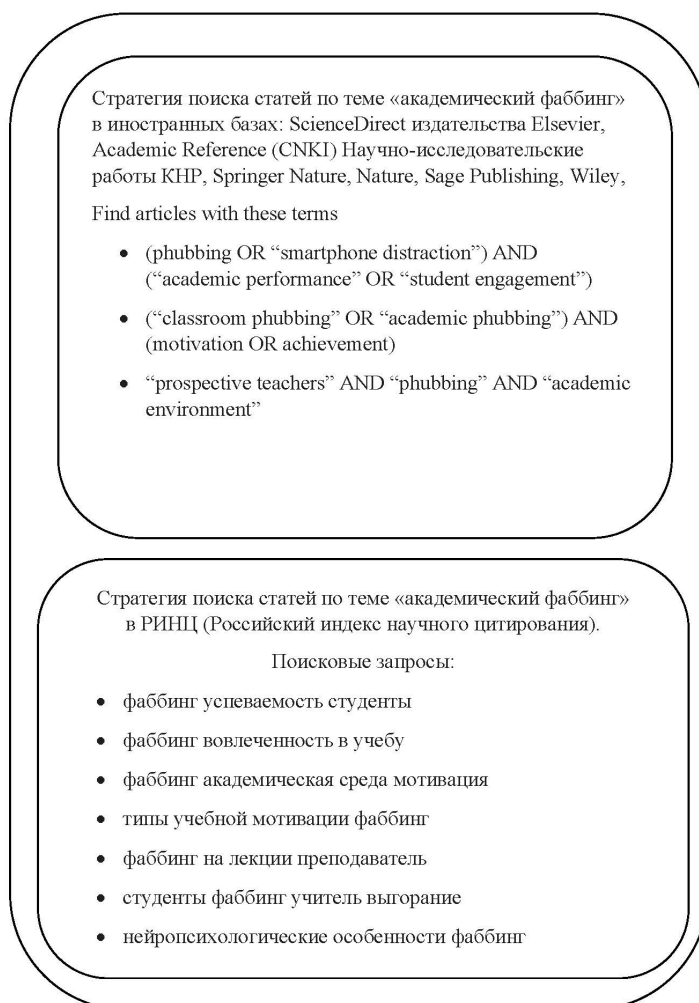


Рис. 1. Блок-схема отбора исследований

Fig. 1. Study selection flowchart

Табл. 1. Описание исследований
Table 1. Description of studies

Автор, год, страна	Заголовок	Цель	Участники	Методы диагностики фаббинга	Основные результаты
(Kobicheva et al. 2025), Россия	Как уровень «фаббинга» у студентов связан с вовлеченностью в учебный процесс и показателями успеваемости?	Выявить взаимосвязь между уровнем фаббинга у студентов, академической вовлеченностью и успеваемостью, а также предложить практические решения для управления и контроля уровня фаббинга у студентов	513 студентов бакалавриата и магистратуры, 56,53% девушек и 43,47% юношей. Возраст от 21 до 27 лет	Уровень «фаббинга» оценивался с помощью шкалы фаббинга (Karadağ et al. 2015)	Уровень «фаббинга» положительно связан с поведенческой вовлеченностью ($p < 0,05$), эмоциональной вовлеченностью ($p < 0,05$), когнитивной вовлеченностью ($p < 0,001$) и академической успеваемостью ($p < 0,001$). Обнаружено косвенное влияние уровня «фаббинга» на успеваемость студентов: фаббинг опосредовал связь между поведенческой вовлеченностью, эмоциональной вовлеченностью, когнитивной вовлеченностью и шкалой академической успеваемости
(Kılıç, Güler 2025), Турция	Компьютеры в форме телефонов и фаббинг в образовании: фаббинг в классе и общий фаббинг среди будущих учителей	Целью данного исследования было разработать шкалу для измерения феномена «фаббинг» в классе	582 студента педагогического факультета университета, из них: 340 женщин (58,4%) и 242 мужчины (41,6%), возраст не указан	Разработка и апробация авторской шкалы «Фаббинг в классе». Адаптирована шкала «Фаббинг партнера» (Roberts David 2016) в шкалу «Общего фаббинга»	Проанализирована валидность и надежность шкалы «Фаббинг в классе» и шкалы «Общий фаббинг». Установлена положительная взаимосвязь между фаббингом в классе и общим фаббингом
(Protenko, Loseva 2026), Россия	Фаббинг в академической среде и его связь с типами учебной мотивации студентов	Цель работы — выявить, как связан фаббинг в академической среде с учебной мотивацией студентов и осознанной регуляцией учебной деятельности	100 студентов психолого-педагогических специальностей (средний возраст 20,19 лет, стандартное отклонение 2,46 года), среди них 17 юношей, 83 девушки	Шкала фаббинга Карадага (Phubbing Scale) (Karadağ et al. 2015) в русскоязычной адаптации О. А. Екимчик и Т. А. Крюковой (Ekimchik, Kryukova 2022)	Студенты, у которых выражены интроецированная или экстернализная типы учебной мотивации, связанные с переживаниями необходимости учиться из чувства долга или стыда и «вынужденности» учиться, чаще будут проявлять фаббинг в академической среде. Интроецированная и экстернализная типы учебной мотивации выступают предикторами общего фаббинга
(Nazir 2020), Турция	Влияние «фаббинга» в классе на преподавателей, которые сталкиваются с этим явлением во время лекций	Исследователь ищет ответы на следующие вопросы: ● Какова распространенность «фаббинга» в классе? ● Какова эмоциональная и поведенческая реакция учителя, столкнувшегося с проблемой «фаббинга» в классе? ● Оказал ли «фаббинг» в классе какое-либо влияние на учителей, если таковое имелось?	50 преподавателей университета (25 женщин и 25 мужчин в возрасте от 30 до 60 лет) и 300 студентов из их групп (120 женщин и 180 мужчин в возрасте от 20 до 26 лет)	Опрос по авторской анкете студентов. Интервью преподавателей	Фаббинг широко распространен: около 41% студентов пользуются телефонами на лекциях из-за скуки, непонимания материала или зависимости. Основной результат исследования — выявление значительной разницы в восприятии и последствиях в зависимости от возраста преподавателя. Молодые преподаватели (30–40 лет) воспринимают фаббинг остро: эмоциональный стресс, сомнения в компетентности, снижение мотивации и качества лекций. Преподаватели старше 40 лет относятся спокойнее, списывая поведение студентов на разрыв поколений

Табл. 1. Продолжение

Автор, год, страна	Заголовок	Цель	Участники	Методы диагностики фаббинга	Основные результаты
(Ragozinskaya 2023), Россия	Нейропсихологические особенности студентов вуза, склонных к фаббингу в аудитории	Цель исследования — выявить нейропсихологические особенности студентов вуза, склонных к фаббинг-поведению	168 человек (105 женщин и 63 мужчины) в возрасте от 20 до 23 лет (средний возраст — 21,7 года)	Стандартизированный опросник «Общая шкала фаббинга» (Chopritayazunonh, Douglas 2018) включает шкалу фаббинга (GSP) и шкалу ощущения себя объектом фаббинга (GGBP)	Выявлены следующие нейропсихологические особенности у студентов с различной степенью склонности к фаббингу в аудитории: — студенты, склонные периодически отвлекаться на смартфон во время учебных занятий, отличаются значимо более выраженными нарушениями внимания и характеризуются значительным снижением активационного обеспечения деятельности и ее динамических параметров (латенция включения в деятельность, колебания продуктивности, общая замедленность) в сравнении со студентами, которые проверяют смартфон только во время перерыва (контрольная группа); — студенты, склонные к постоянному фаббингу в аудитории, характеризуются значимо более выраженными нарушениями внимания, динамического праксиса, счетных операций, слухоречевой памяти и словесно-логического мышления в сравнении с контрольной группой; — у студентов, склонных к постоянному фаббингу в аудитории, выявлено значимое снижение активационного обеспечения деятельности и ее динамических параметров (латенция включения в деятельность, трудности переключения, инертность, импульсивность, ригидность психических процессов), а также снижение функций программирования, регуляции и контроля за протеканием деятельности в сравнении с контрольной группой и со студентами, склонными к спорадическому отвлечению на гаджет во время учебных занятий

академического фаббинга, 4) детерминанты академического фаббинга, 5) последствия академического фаббинга.

2. Результаты

2.1. Характеристики исследования

Рассмотренные исследования по вопросу академического фаббинга были опубликованы в период с 2018 по 2026 г. и проводились в двух странах (Турция и Россия). Количество участников в каждом исследовании варьировалось от 100 до 513 человек. Возраст студентов составлял от 19 до 25 лет, возраст преподавателей — от 30 до 50 лет.

2.2. Определения

Во всех рассмотренных исследованиях авторы приводили различные определения «академического фаббинга» (табл. 2).

Некоторые исследователи рассматривали академический фаббинг как нарушение социальных правил (Kobicheva et al. 2025), другие сфокусировали внимание на «нецелевом» использовании смартфона на образовательном мероприятии (Nazir 2020; Pronenko, Loseva 2026), кто-то расширял угол рассмотрения, показывая, что последствия касаются всех участников образовательного процесса (Kılıç, Güler 2025), а причины могут быть неосознаваемыми (Ragozinskaya 2023).

2.3. Признаки академического фаббинга

Среди поведенческих признаков исследователи отмечают нахождение смартфона в руке, проверку уведомлений, скрытое использование, нахождение смартфона в зоне прямой видимости (Nazir 2020; Ragozinskaya 2023); другие ис-

следователи обращают внимание, что взгляд обучающегося устремлен на смартфон, а не на доску или преподавателя (Kılıç, Güler 2025; Pronenko, Loseva 2026); отсутствует обратная связь «студент — преподаватель», зрительный контакт и реакция на обращение (Pronenko, Loseva 2026; Ragozinskaya 2023); обучающийся не участвует в образовательном процессе, не включается в дискуссии и не задает вопросы преподавателю (Nazir 2020; Pronenko, Loseva 2026).

Хотя большинство авторов считают, что именно образовательная среда обуславливает академический фаббинг, они выделяют следующие триггеры использования смартфонов в процессе обучения: борьба со скукой (Kılıç, Güler 2025; Nazir 2020; Pronenko, Loseva 2026), реакция на внешний стимул (звук уведомлений или звонки на смартфон), проблемы с учебной мотивацией (Pronenko, Loseva 2026), а точнее, с ее экстернальным и интроецированным типами.

Исследователи отмечают аффективные психологические процессы у студентов, такие как скука, тревога и апатия от необходимости находиться на образовательном мероприятии (Kılıç, Güler 2025; Pronenko, Loseva 2026), облегчение от переключения внимания с учебной деятельности на смартфон (Pronenko, Loseva 2026), повышение тревожности от недоступности смартфона (Kılıç, Güler 2025), повышение комфорта при использовании смартфона на занятиях (Kılıç, Güler 2025). Отмечается, что преподаватели реагируют на такие действия раздражением (Nazir 2020).

Также зафиксированы искажения восприятия и мыслительных процессов, происходит искажение протекания времени (Kılıç, Güler 2025), увеличивается потребность в использовании

Табл. 2. Определения академического фаббинга

Table 2. Definitions of academic phubbing

Автор, год, страна	Определение
(Kobicheva et al. 2025), Россия	«Фаббинг» определяется как пренебрежение или игнорирование кого-либо в социальной обстановке путем отвлечения внимания на смартфон вместо прямого разговора с этим человеком
(Kılıç, Güler 2025), Турция	В условиях учебного класса «фаббинг в классе» можно определить как любую форму использования телефона, которая отвлекает или мешает учителям или ученикам во время занятий
(Pronenko, Loseva 2026), Россия	Под фаббингом в академической среде мы будем понимать отвлечение студента на смартфон, проявляющееся в ситуации учебного взаимодействия, выражающееся в использовании смартфона на занятиях вне образовательных целей и приводящее к снижению вовлеченности студента в процесс занятия и участия в нем
(Nazir 2020), Турция	Фаббинг в образовательной сфере — использование смартфона в аудитории в неакадемических целях
(Ragozinskaya 2023), Россия	Фаббинг в аудитории — акт как преднамеренного, так и непреднамеренного отношения к окружающим посредством отвлечения на смартфон

смартфона на занятии (Kılıç, Güler 2025), зафиксированы объективные замедления мыслительных процессов (Ragozinskaya 2023), проведение времени в телефоне кажется более интересным, чем на занятии (Pronenko, Loseva 2026).

Можно отметить, что происходит разрушение саморегуляции обучающегося, так как смартфон используется даже в ситуации существования прямых запретов и несоответствия академическим этическим нормам (Kılıç, Güler 2025). Использование телефона студентами все чаще носит постоянный характер и приводит к утрате воли и самоконтроля на образовательных мероприятиях (Kılıç, Güler 2025; Pronenko, Loseva 2026), а также возникновению академической прокрастинации, падению успеваемости (Kılıç, Güler 2025; Kobicheva et al. 2025), формированию номофобии (навязчивого страха остаться без смартфона) (Pronenko, Loseva 2026; Ragozinskaya 2023).

2.4. Детерминанты академического фаббинга

Академический фаббинг — это многофакторный феномен, детерминированный различными факторами: начиная от внешней образовательной среды (Kılıç, Güler 2025; Kobicheva et al. 2025; Nazir 2020), индивидуально-психологических факторов (Kılıç, Güler 2025; Nazir 2020; Pronenko, Loseva 2026; Ragozinskaya 2023) до нейропсихологических и психофизиологических факторов (Ragozinskaya 2023).

Исследователи (Kılıç, Güler 2025) отмечают, что образовательная среда влияет на проявление академического фаббинга; форма и способ ведения преподавателем занятия значительно влияют на вероятность отвлечения обучающегося на смартфон. По результатам исследования (Ragozinskaya 2023), 94,57% респондентов назвали скуку как мотив переключения на телефон. Сложность рассматриваемого материала или его непонимание также могут стать детерминантой фаббинга (Kılıç, Güler 2025). На вероятность появления фаббинга у обучающихся может оказать влияние продолжительность образовательного мероприятия, размер учебного помещения и его освещенность (Kılıç, Güler 2025).

Исследователи показали, что индивидуально-психологические характеристики обучающихся могут повлиять на появление фаббинга. Тип учебной мотивации (внешняя интроецированная и экстернальная) коррелирует с проявлением фаббинга у обучающихся. Академический фаббинг отрицательно коррелирует с поведенческой, эмоциональной и когнитивной вовлеченностью в учебный процесс (Kobicheva et al. 2025).

Исследование В. Г. Рагозинской (Ragozinskaya 2023) отличается тем, что показывает, что склонность к фаббингу имеет под собой объективную нейробиологическую основу. У студентов, склонных к фаббингу, снижены внутренние активационные ресурсы, что приводит в процессе образовательного мероприятия к «угасательному торможению» в коре мозга, которое характеризуется нарушением нейродинамических параметров (снижения работоспособности мозга, выражающегося в высокой утомляемости, истощаемости, колебаниях внимания, замедленности или импульсивности реакций).

2.5. Последствия академического фаббинга

Анализ исследований по вопросам последствий академического фаббинга позволил выделить следующие категории: когнитивные, социально-педагогические, регуляторные.

Когнитивные последствия академического фаббинга напрямую влияют на успеваемость обучающихся. Снижение концентрации на учебном материале и отвлечение на смартфон приводит к снижению активности студента на образовательном мероприятии (Kılıç, Güler 2025). Исследователи отмечают, что использование смартфона в аудитории, даже если оно связано с темой занятия, негативно влияет на учебный процесс в целом (Kılıç, Güler 2025).

Социально-педагогические последствия академического фаббинга описывают взаимодействия в системе «преподаватель — обучающийся»: студенты отмечают, что использование смартфона на занятии ухудшает взаимодействие с преподавателем (Kılıç, Güler 2025), молодые преподаватели (30–40 лет) воспринимают фаббинг крайне болезненно, он вызывает у них сильный эмоциональный стресс, заставляет сомневаться в своей компетентности, снижает мотивацию и качество ведения занятий. Преподаватели старше 40 лет воспринимают фаббинг как неуважение и предпочитают игнорировать такое поведение (Nazir 2020).

Регуляторные последствия академического фаббинга свидетельствуют о неэффективности прямых запретов использования смартфонов на учебных мероприятиях. Фаббинг является не просто вредной привычкой, а проявлением зависимости, где саморегуляции недостаточно для сопротивления (Ragozinskaya 2023). Исследования (Pronenko, Loseva 2026) не выявили связей академического фаббинга с показателями осознанной регуляции учебной деятельности.

Исследования особенностей восприятия академического фаббинга преподавателями

(Nazir 2020) показали, что все преподаватели сообщают о запрете использования смартфонов на учебных мероприятиях. Однако другие исследователи (Kılıç, Güler 2025) показывают, что таких запретов недостаточно. Это противоречие создает необходимость дополнительных исследований в этом направлении.

3. Обсуждение

Цель данного обзорного исследования — предоставить обзор современного понимания феномена «академический фаббинг», полученного в результате научных исследований.

Были изучены исследования, посвященные феномену фаббинга в различных контекстах: семейном, партнерском, рабочем, академическом, и выделены и общие черты, и специфика академического контекста фаббинга.

Фаббинг в исследованиях межличностных отношений (Roberts, David 2016) и академической среды воспринимается как проявление игнорирования и неуважения. Преподаватели (Nazir 2020), подобно участникам романтических отношений, ощущают обесценивание.

В исследованиях фаббинга детерминантами выступают номофобия, зависимость от социальных сетей и низкий самоконтроль (Karadağ et al. 2015). Исследования (Pronenko, Loseva 2026; Ragozinskaya 2023) подтверждают справедливость этих выводов и для академической среды.

Авторы отмечают, что фаббинг снижает вовлеченность в рабочий процесс («фаббинг босса», «фаббинг коллег») и в отношения («фаббинг партнера»). Исследования академического фаббинга (Kılıç, Güler 2025; Nazir 2020; Pronenko, Loseva 2026; Ragozinskaya 2023) подтверждают эту негативную связь, за исключением работы А. Кобичевой с соавторами (Kobicheva et al. 2025).

Образовательная среда вносит принципиальные особенности, отличающие академический фаббинг от фаббинга в семье, в романтических отношениях или на работе. Ролевые ожидания в академической среде принципиально иные. Фаббинг в аудитории — это вызов авторитету преподавателя и нарушение иерархии. Согласно исследованию Т. Назира (Nazir 2020), это вызывает у молодых преподавателей снижение самооценки профессиональной компетентности, а у старших коллег — чувство неуважения.

В социальных взаимодействиях фаббинг осуждается на уровне неформальных норм, но прямых формальных запретов нет. В образовательной среде существуют явные и неявные нормы, что превращает фаббинг в дисциплинарный проступок, вызывающий стыд, чувство

тревоги и страх наказания, как выявили исследователи (Pronenko, Loseva 2026).

Образовательная среда — это место для когнитивной деятельности с высокой нагрузкой на внимание, соответственно, причины академического фаббинга могут быть иными.

Количество участников различается: в парных взаимодействиях участвуют два человека, в аудитории обучающийся оказывает воздействие как на преподавателя, так и на окружающих студентов, однако данный аспект не изучен.

Исследовательский обзор привел к следующим наблюдениям: сложность этого явления может объяснить неоднородность определений «фаббинга», предложенных в исследованиях (табл. 2).

Исследователи академического фаббинга сходятся на следующих моментах: когда внимание человека переключается на смартфон, и это происходит в образовательной среде (урок, лекция, практическое занятие, семинар), такое действие несет негативные последствия. Некоторые авторы считают, что это вредит окружающим (Kobicheva et al. 2025), другие делают акцент на вреде самому обучающемуся (Nazir 2020; Pronenko, Loseva 2026), кто-то занимает промежуточную позицию — вред наносится всем участникам учебного процесса (Kılıç, Güler 2025). Один исследователь (Ragozinskaya 2023) указывает, что действие может быть как преднамеренным, так и непреднамеренным. Также важно отметить рассмотрение цели использования: если обращение к смартфону связано с темой образовательного мероприятия, то, по мнению большинства исследователей, это не является академическим фаббингом (Nazir 2020; Pronenko, Loseva 2026), но есть исследователи, которые считают, что любое обращение к смартфону является академическим фаббингом (Kılıç, Güler 2025).

Некоторые исследования для анализа признаков академического фаббинга фиксируют поведенческие реакции: как действуют обучающиеся и как часто это происходит в образовательной среде (Nazir 2020; Ragozinskaya 2023). Другие фиксируют патопсихологические проявления обучающихся, так как такое поведение является симптомами зависимости (Kılıç, Güler 2025). Кто-то рассматривает признаки академического фаббинга как систему, начиная от личных причин (низкая учебная мотивация, скука, стресс) до интериоризации в виде обесценивания учебы как процесса и потери волевого регулирования (Pronenko, Loseva 2026). Исследователи отмечают, что все эти признаки приводят к низкой академической успеваемости студентов,

вовлеченных в процесс академического фаббинга (Kobicheva et al. 2025).

Детерминанты академического фаббинга многофакторны и происходят на разных уровнях: во-первых, на уровне внешней среды — скучного и неинтересного образовательного мероприятия с монотонным стилем преподавания (Kılıç, Güler 2025; Kobicheva et al. 2025; Nazir 2020); во-вторых, на уровне нейропсихологических аспектов обучающегося (слабость активационных процессов мозга) (Ragozinskaya 2023); в-третьих, на уровне психологических аспектов обучающегося: внешняя учебная мотивация, низкая вовлеченность, номофобия (Kılıç, Güler 2025; Nazir 2020; Pronenko, Loseva 2026; Ragozinskaya 2023).

Академический фаббинг приводит к снижению качества образовательных мероприятий: исследования показывают, что использование смартфонов на учебных занятиях ведет к рассеиванию внимания и снижению активности студентов (Kılıç, Güler 2025), а также провоцирует пропуски учебных занятий (Kılıç, Güler 2025). Кроме того, академический фаббинг способствует ухудшению социально-психологического климата в образовательной среде, поскольку негативно влияет на коммуникацию между преподавателями и студентами и вызывает раздражение и снижение мотивации у преподавателей (Kılıç, Güler 2025). На нейрофизиологическом уровне академический фаббинг формирует у студентов устойчивый паттерн зависимости, который не поддается запретам преподавателей. Исследователи отмечают (Ragozinskaya 2023), что сознательный мониторинг такого поведения, отстает от автоматически совершаемого действия, поэтому замечания со стороны преподавателя не приводят к ожидаемому эффекту. Этот вывод подтверждается и другими исследователями (Pronenko, Loseva 2026), которые не обнаружили связей фаббинга с осознанной регуляцией учебной деятельности. Несмотря на то, что преподаватели вводят запреты на использование смартфонов (Nazir, 2018), таких правил оказывается недостаточно для пресечения этой практики (Kılıç, Güler 2025), что требует перехода от запретов к формированию осознанности через просветительские мероприятия (Kobicheva et al. 2025).

3.1. Основные противоречия и проблемы в выбранных исследованиях

Анализ выбранных публикаций (Kılıç, Güler 2025; Kobicheva et al. 2025; Nazir 2020; Pronenko, Loseva 2026; Ragozinskaya 2023) позволяет выделить некоторые ключевые противоречия и проблемы.

Кобичева и соавторы (Kobicheva et al. 2025) приходят к выводу, что уровень фаббинга положительно коррелирует с поведенческой, эмоциональной, когнитивной вовлеченностью и академической успеваемостью, что противоречит результатам других авторов (Ragozinskaya 2021), которые показывают, что академический фаббинг снижает вовлеченность и концентрацию обучающихся.

Существуют противоречия в понимании природы академического фаббинга: ряд авторов (Kılıç, Güler 2025) выделяют стиль преподавания и учебную атмосферу, показывая, что контекст важнее личных особенностей; другие (Pronenko, Loseva 2026) связывают академический фаббинг с интроецированной мотивацией (чувство стыда, необходимость учиться из чувства долга) и экстернальной мотивацией (переживание «вынужденности» учебной ситуации); третьи (Ragozinskaya 2023) указывают на нейропсихологический дефицит, связанный со снижением функций программирования и контроля за протеканием деятельности.

Т. Назир (Nazir 2020) показывает, что академический фаббинг оказывает сильное негативное влияние на молодых преподавателей, тогда как другие исследователи (Kılıç, Güler 2025; Kobicheva et al. 2025; Pronenko, Loseva 2026; Ragozinskaya 2023) фокусируются только на студенте, создавая односторонний подход, при котором проблема локализована в области обучающегося, а не системы отношений «преподаватель — студент».

Основной пробел — это отсутствие интегративной модели, которая объединяла бы успеваемость и вовлеченность в учебный процесс (Kobicheva et al. 2025); восприятие контекста образовательного мероприятия (Kılıç, Güler 2025); типы мотивации (Pronenko, Loseva 2026); влияние на преподавателя (Nazir 2020) и нейропсихологический профиль обучающегося (Ragozinskaya 2023).

Все выбранные исследования являются корреляционными или сравнительными, что не позволяет ответить на вопрос, что первично: академический фаббинг или нейродинамические нарушения (Ragozinskaya 2023). Необходимы лонгитюдные исследования, для того чтобы найти ответ на этот вопрос.

Кроме того, необходимы кросскультурные сравнения со странами Европы, Азии, Северной и Южной Америки, где нормы использования смартфонов и отношение к ролевой позиции преподавателя могут существенно отличаться.

Исследователи (Kobicheva et al. 2025; Pronenko, Loseva 2026) используют для диагностики общую шкалу фаббинга (Karadağ et al. 2015), что может

быть невалидно для диагностики академического фаббинга.

Т. Назир (Nazir 2020) показывает, что возраст преподавателей влияет на восприятие академического фаббинга, другие исследователи (Kılıç, Güler 2025; Kobicheva et al. 2025; Pronenko, Loseva 2026; Ragozinskaya 2023) не изучают ни возраст, ни пол преподавателей и студентов.

3.2. Сильные стороны и ограничения

Обзор позволяет составить представление о таком феномене, как «академический фаббинг» — преднамеренное или непреднамеренное отвлечение на смартфон во время образовательного мероприятия, приводящее к снижению вовлеченности студента в процесс занятия.

Ограничения данного исследовательского обзора заключаются в том, что поиск научных исследований производился в семи базах данных: ScienceDirect издательства Elsevier, Academic Reference (CNKI) Научно-исследовательские работы КНР, Springer Nature, Nature, Sage Publishing, Wiley, РИНЦ (Российский индекс научного цитирования). Ограничением является и то, что институциональная подписка РГПУ им. А. И. Герцена предоставляет доступ не ко всем журналам, что потенциально могло привести к исключению некоторых релевантных исследований.

Самым значимым ограничением является отсутствие исследований из стран Европы, Азии, Северной и Южной Америки. Все пять проанализированных исследований были проведены в России и Турции, в силу чего отражают специфику образовательной среды и отношение к фаббингу в этих двух странах.

Заключение

В данном исследовательском обзоре представлен анализ феномена «академический фаббинг» на основе актуальных исследований.

Анализ разных подходов к определению «академического фаббинга» демонстрирует развитие понимания этого феномена от простого фиксирования использования смартфона в необразовательных целях до анализа социально-психологического контекста. Если на первых порах фаббинг в аудитории рассматривался как нарушение дисциплины, то более поздние авторы перенесли акцент на нарушение коммуникации «студент — преподаватель». В условиях учебной аудитории это явление становится уже не просто личным делом, а актом преднамеренного или непреднамеренного ухода из образовательной среды в виртуальную, что приводит

к разрыву социального взаимодействия. Такое поведение в аудитории снижает не только личную вовлеченность студента, но и негативно влияет на социально-психологический климат, создавая у окружающих одноклассников и преподавателя негативные эмоции. Современное понимание академического фаббинга включает технологические, поведенческие, межличностные аспекты, что показывает, что данный феномен является вызовом для социально-психологического сопровождения студентов в образовательном пространстве.

Анализ поведенческих, аффективных и регуляторных признаков академического фаббинга позволяет рассматривать этот феномен не как случайное отвлечение внимания на занятия, а как деструктивную стратегию обучения. Внешне он может выглядеть как проверка экрана смартфона, но это приводит к разрыву учебного взаимодействия с преподавателем. На уровне аффективного психического образования он может быть связан с переживаниями тревоги, скуки или субъективного дискомфорта, что приводит к когнитивным искажениям, которые закрепляют это поведение. Как результат, происходит разрушение регуляторных механизмов, использование смартфона начинает носить постоянный характер, вынуждая студентов нарушать социальные нормы и академические запреты, что говорит о формировании номофобии.

В результате изучения исследований можно сказать, что академический фаббинг детерминирован сочетанием психофизиологических, личностных, внешних факторов. Условия образовательной среды, такие как сложность материала, стиль преподавания, непонимание материала, утомляющая длительность занятия, выступают причиной формирования скуки, приводящей к академическому фаббингу. На личностном уровне склонность к академическому фаббингу предопределяет тип учебной мотивации (интроецированная или экстернальная), приводящей к снижению вовлеченности в учебный процесс. На психофизиологическом уровне исследования показали связь академического фаббинга со сниженными активационными ресурсами мозга, что приводит к быстрой истощаемости и невозможности восприятия учебного материала.

Последствия академического фаббинга затрагивают все аспекты образовательного процесса и носят негативный характер. Обнаружено прямое влияние на успеваемость и концентрацию студента во время образовательного мероприятия. У молодых преподавателей это вызывает демотивацию и создает

негативную оценку своей работы. Показано, что академический фаббинг, будучи результатом зависимости, не поддается волевому контролю и осознанной саморегуляции, что создает необходимость новых исследований для выявления механизмов и стратегий противодействия академическому фаббингу.

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 внесли равный вклад в подготовку рукописи статьи.

Author Contributions

The authors have made an equal contribution to the preparation of the manuscript of the article.

References

- Capilla Garrido, E., Cubo Delgado, S., Gutiérrez Esteban, P. (2024) Phubbing and its impact on the individual's psychological well-being. *Acta Psychologica*, vol. 248, article 104388. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104388> (In English)
- Chotpitayasunondh, V., Douglas, K. M. (2018) Measuring phone snubbing behavior: Development and validation of the Generic Scale of Phubbing (GSP) and the Generic Scale of Being Phubbed (GSBP). *Computers in Human Behavior*, vol. 88, pp. 5–17. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.06.020> (In English)
- Ekimchik, O., Kryukova, T. L. (2022) Measuring phubbing in close relationships: E. Karadağ's Phubbing Scale and J. Roberts' Scale of Partner Phubbing. *Counseling Psychology and Psychotherapy*, vol. 30, no. 3, pp. 112–128. <https://doi.org/10.17759/cpp.2022300307> (In Russian)
- Gao, B., Liu, Y., Shen, Q. et al. (2023) Why cannot I stop phubbing? Boredom proneness and phubbing: A multiple mediation model. *Psychology Research and Behavior Management*, vol. 16, pp. 3727–3738. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S423371> (In English)
- Guazzini, A., Duradoni, M., Capelli, A., Meringolo, P. (2019) An explorative model to assess individuals' phubbing risk. *Future Internet*, vol. 11, no. 1, article 21. <https://doi.org/10.3390/fi11010021> (In English)
- Guazzini, A., Pesce, A., Gino, F., Duradoni, M. (2022) How the COVID-19 pandemic changed adolescents' use of technologies, sense of community, and loneliness: A retrospective perception analysis. *Behavioral Sciences*, vol. 12, no. 7, article 228. <https://doi.org/10.3390/bs12070228> (In English)
- Isrofin, B., Munawaroh, E. (2021) The effect of smartphone addiction and self-control on phubbing behavior. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, vol. 6, no. 1, pp. 15–23. <https://doi.org/10.17977/um001v6i12021p015> (In English)
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E. et al. (2015) Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, vol. 4, no. 2, pp. 60–74. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005> (In English)
- Kılıç, E., Güler, Ç. (2025) Phone shaped computers and phubbing in education: Classroom phubbing and general phubbing among prospective teachers. *Journal of Technology in Behavioral Science*. [Online]. Available at: <https://doi.org/10.1007/s41347-025-00580-5> (accessed 17.01.2026). (In English)
- Kobicheva, A., Tokareva, E., Baranova, T. (2025) How does students' level of phubbing relate to academic engagement and performance variables? *European Journal of Psychology of Education*, vol. 40, article 10. <https://doi.org/10.1007/s10212-024-00905-7> (In English)
- Leonhardt, C., Danielsen, D., Andersen, S. (2025) Associations between screen use, learning and concentration among children and young people in western countries: A scoping review. *Children and Youth Services Review*, vol. 177, article 108508. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2025.108508> (In English)
- McDaniel, B. T., Coyne, S. M. (2016) Technology interference in the parenting of young children: Implications for mothers' perceptions of coparenting. *The Social Science Journal*, vol. 53, no. 4, pp. 435–443. <https://doi.org/10.1016/j.soscij.2016.04.010> (In English)
- Nazir, T. (2020) Impact of classroom phubbing on teachers who face phubbing during lectures. *Psychology Research on Education and Social Sciences*, vol. 1, no. 1, pp. 41–47. (In English)
- Parmaksız, İ. (2023) The effect of phubbing, a behavioral problem, on academic procrastination: The mediating and moderating role of academic self-efficacy. *Psychology in the Schools*, vol. 60, no. 1, pp. 105–121. <https://doi.org/10.1002/pits.22765> (In English)
- Popay, J., Roberts, H., Sowden, A. et al. (2006) *Guidance on the conduct of narrative synthesis in systematic reviews: A product from the ESRC methods programme*. Lancaster: Institute for Health Research, Lancaster University Publ. [Online]. Available at: <https://doi.org/10.13140/2.1.1018.4643> (accessed 17.01.2026). (In English)
- Pronenko, E. A., Loseva, V. D. (2026) Phubbing in the academic environment and its relationship with types of students' academic motivation. *National Psychological Journal*, vol. 21, no. 1, pp. 146–155. <https://doi.org/10.11621/npj.2026.0112> (In Russian)

- Ragozinskaya, V. G. (2023) Neuropsychological features of university students, prone to classroom phubbing. *Herald of Omsk University. Series "Psychology"*, no. 4, pp. 81–91. <https://doi.org/10.24147/2410-6364.2023.4.81-91> (In Russian)
- Rahman, M. A., Duradoni, M., Guazzini, A. (2022) Identification and prediction of phubbing behavior: A data-driven approach. *Neural Computing and Applications*, vol. 34, pp. 3885–3894. <https://doi.org/10.1007/s00521-021-06649-5> (In English)
- Roberts, J. A., David, M. E. (2016) My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners. *Computers in Human Behavior*, vol. 54, pp. 134–141. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.058> (In English)
- Wang, X., Xie, X., Wang, Y. et al. (2017) Partner phubbing and depression among married Chinese adults: The roles of relationship satisfaction and relationship length. *Personality and Individual Differences*, vol. 110, pp. 12–17. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.014> (In English)

Сведения об авторах

Тихомиров Александр Владимирович, старший преподаватель кафедры психологии профессиональной деятельности и информационных технологий в образовании института психологии, Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена

SPIN-код: 3394-8152, Scopus AuthorID: 57226652095, ORCID: 0009-0006-8936-5154, e-mail: tikhomirov@yandex.ru

Овчинникова Мария Владимировна, психолог психологической службы, Санкт-Петербургский государственный лесотехнический университет им. С. М. Кирова

ORCID: 0009-0000-6658-6153, e-mail: mrovch@yandex.ru

Authors

Alexander V. Tikhomirov, Senior Lecturer, Department of Psychology of Professional Activity and Information Technologies in Education, Institute of Psychology, Herzen State Pedagogical University of Russia

SPIN: 3394-8152, Scopus AuthorID: 57226652095, ORCID: 0009-0006-8936-5154, e-mail: tikhomirov@yandex.ru

Maria V. Ovchinnikova, Psychologist of the Psychological Service, Saint-Petersburg State Forest Technical University

ORCID: 0009-0000-6658-6153, e-mail: mrovch@yandex.ru