

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОДИАГНОСТИКА ЦИФРОВЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ СРЕД

Научная статья

УДК 159.9

DOI: 10.20323/1813-145X_2023_2_131_163

EDN: LVEKJY

Временная перспектива и базисные убеждения студентов с разными стратегиями сетевой коммуникации

Михаил Васильевич Цвек¹, Марина Александровна Рушина²

¹Аспирант кафедры психологии и педагогики, Российский университет дружбы народов. 117198, г. Москва, ул. Миклухо-Маклая, д. 10

²Кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии и педагогики, Российский университет дружбы народов. 117198, г. Москва, ул. Миклухо-Маклая, д. 10

¹mihail001@inbox.lv, <https://orcid.org/0000-0003-2498-0392>

²rushina-ma@rudn.ru, <https://orcid.org/0000-0003-1395-6194>

Аннотация. В статье представлены результаты теоретико-эмпирического исследования особенностей временной перспективы и базисных убеждений студентов с разными стратегиями сетевой коммуникации. Временная перспектива и базисные убеждения выделены как личностные компоненты, детерминирующие выбор поведения в сетевой коммуникации. Авторами использовались методика «Опросник временной перспективы» П. Г. Зимбардо / *Zimbarдо Time Perspective Inventory — ZTPI* (А. Сырцова, Е. Соколова, О. Митина), «Шкала базисных убеждений» / *World assumptions scale — WAS* (Р. Янов-Бульман, О. Кравцова), «Опросник установок по отношению к интернету» (Э. Губенко), «Опросник поведения в интернете» (А. Жичкина). Важным результатом исследования являются статистически достоверные взаимосвязи временной перспективы и базисных убеждений студентов со стратегиями сетевой коммуникации. Выявлено, что ориентация на негативное прошлое и фаталистическое настоящее связаны как с тенденцией к интернет-зависимости, так и с направленностью на процесс сетевой коммуникации, который можно охарактеризовать как «проблематичный». В свою очередь, ориентация на временную перспективу будущего и позитивного прошлого, а также наличие убежденности в ценности своего «Я» связана с выбором конструктивной стратегии сетевой коммуникации. В статье даны практические рекомендации для профилактики проблемного пользования интернетом в процессе работы психологической службы. В частности, рекомендуется прорабатывать качество восприятия студентом своего прошлого, обращать его внимание на важность ориентированности на будущее, обучать навыку постановке целей и способности учитывать последствия собственных действий. Рекомендуется проводить тренинги по усилению базисного убеждения в ценности собственного «Я», которое является «ресурсным» в контексте проблематичного пользования интернетом.

Ключевые слова: временная перспектива; базисные убеждения; стратегии сетевой коммуникации; личность; установки; интернет-зависимость

Для цитирования: Цвек М. В., Рушина М. А. Временная перспектива и базисные убеждения студентов с разными стратегиями сетевой коммуникации // Ярославский педагогический вестник. 2023. № 2 (131). С. 163-171. http://dx.doi.org/10.20323/1813-145X_2023_2_131_163. <https://elibrary.ru/LVEKJY>

PEDAGOGICAL PSYCHOLOGY, PSYCHODIAGNOSTICS
OF DIGITAL EDUCATION ENVIRONMENTS

Original article

Time perspective and basic beliefs of students
with different network communication strategies

Mikhail V. Cvek¹, Marina A. Rushina²

¹Post-graduate student of department of psychology and pedagogy, Peoples' friendship university of Russia. 117198, Moscow, Miklukho-Maclay st., 10

²Candidate of psychological sciences, associate professor, department of psychology and pedagogy, Peoples' friendship university of Russia. 117198, Moscow, Miklukho-Maclay st., 10

¹mihail001@inbox.lv, <https://orcid.org/0000-0003-2498-0392>

²rushina-ma@rudn.ru, <https://orcid.org/0000-0003-1395-6194>Original article

Abstract. The paper presents the results of theoretical and empirical research on the peculiarities of time perspective and basic beliefs of students with different strategies of network communication. Time perspective and core beliefs are highlighted as individual components that determine choice of behavior in network communication. The authors used the methodology «Zimbardo Time Perspective Inventory — ZTPI», (A. Sircova, E. Sokolova, O. Mitina), «World assumptions scale — WAS» by Ronnie Yanov Bulman (O. Kravtsova), «Questionnaire of attitudes towards the Internet» (E. Gubenko), Internet Behavior Questionnaire (A. Zhichkina). The important result of the study is the statistically reliable relationships between the time perspective and basic beliefs of students and the strategies of online communication. It has been shown that the orientation towards the negative past and the fatalistic present are related both to the trend towards Internet dependence and to the orientation towards the process of network communication, which can be characterized as «problematic». In turn, the orientation towards the time perspective of the future and positive past, as well as the belief in the value of own «Self» is connected with the choice of constructive strategy of network communication. The article gives practical recommendations for the prevention of problematic use of the Internet, during the work of the psychological service. In particular, it is recommended to work out the quality of the student's perception of his past, pay the student's attention to the importance of focusing on the future, teach the skill of setting goals and the ability to take into account the consequences of his own actions. It is recommended to conduct trainings to strengthen the basic belief in the value of one's own self, which is «resource» in the context of problematic Internet use.

Keywords: time perspective; basic beliefs; network communication strategies; identity; attitudes; internet addiction

For citation: Cvek M. V., Rushina M. A. Time perspective and basic beliefs of students with different network communication strategies. *Yaroslavl pedagogical bulletin*. 2023;(2): 163-171. (In Russ.). http://dx.doi.org/10.20323/1813-145X_2023_2_131_163. <https://elibrary.ru/LVEKJY>

Введение

Виртуальная среда все больше интегрируется в сферы жизнедеятельности человека, особенно в процесс коммуникативного взаимодействия. Сегодня более половины населения планеты ежедневно общается посредством интернета, при этом самые активные пользователи сети — студенческая молодежь [Kemp, 2021]. При столь стремительном развитии информационно-коммуникативных технологий важно понимать, как такое развитие влияет на личность и какие особенности личности определяют качество, характер и активность виртуального взаимодействия. В свою очередь, именно студенческую молодежь можно рассматривать «...в качестве модельной выборки для отражения актуальных трендов в жизни современного общества» [Цит. по: Никулова, 2016, с. 646].

Студенты мотивированы на использование новых информационно-коммуникационных технологий, однако их высокая коммуникативная активность в сети может вызывать как позитивные, так и отрицательные для них последствия [Никулова, 2016]. Ряд авторов подчеркивают положительные эффекты, которые личность может получить вследствие сетевой коммуникации, например: установление социальных связей, уменьшение негативных чувств, исследование новых ролей и приобретение новых навыков [Barnett, 2010; Yee, 2006; Rains, 2009; Емелин, 2012]. Другие же авторы акцентируют внимание на негативных последствиях вовлеченности студенческой молодежи в виртуальное пространство, например: информационное истощение; замена реальной личности на виртуальную; легкодоступность «опасных» и «вредных» зна-

комств; замена близких отношений (offline) более слабыми связями (online) [Davis, 2001; Gloria, 2014]. Особенно выделяется интернет-зависимость как негативный феномен — следствие сетевой активности личности. Специалисты отмечают, что интернет-зависимому пользователю свойственны неуверенность, замкнутость, эмоциональная неустойчивость. Такая личность имеет более высокий уровень пессимизма и ригидности, склонна к депрессии и снижению вне-сетевой коммуникационной активности, низкой социальной смелости и снижению работоспособности [Бусел, 2016; Башкина, 2017; Аконова, 2011]. Особенно важно учитывать последствия взаимодействия пользователя с виртуальной средой в студенческом возрасте. В данном возрасте происходят важные и необходимые процессы установления доминирующей позитивной идентичности и учебно-профессионального самоопределения [Эрикссон, 2019]. В свою очередь, течение актуальных для данного возраста процессов определяется выбором дезадаптивной или конструктивной стратегии сетевой коммуникации, которые могут либо деформировать эти процессы, либо способствовать их здоровому протеканию.

В контексте стратегий сетевой коммуникации стоит обратить внимание на работы R. A. Davis и А. Е. Жичкиной. R. A. Davis выделяет конструкт «проблематичное пользование интернетом» как направленность на компульсивное поведение личности в виртуальном пространстве в целом и в сетевой коммуникации в частности [Davis, 2001]. Данный конструкт рассматривается как дезадаптивная стратегия сетевого взаимодействия, в основе которого лежат когнитивные и поведенческие компоненты, такие как избежательно-ориентированное поведение с отрицательными последствиями для личной адаптации, обсессивные когниции, связанные с использованием интернета и невозможностью уменьшить свою активность в сетевой коммуникации, несмотря на такое желание, чувства одиночества и депрессии, депрессивных чувств, связанных с интернетом, поиск социального комфорта в интернет-общении. R. A. Davis отмечает, что в основе выбора проблематичной стратегии сетевой коммуникации лежат фундаментальные когнитивные дисфункции в форме специфического дезадаптивного мышления, которые способны вызвать ряд симптомов, связанных с проблематичным использованием интернета, например: низ-

кую самооценку, депрессогенное мышление и социальную тревогу.

А. Е. Жичкина описывает стратегии сетевой коммуникации посредством особенностей проявления структуры идентичности личности студента. При исследовании дезадаптивной стратегии сетевой коммуникации она использует термин «интернет-зависимость», при этом выделяя ряд особенностей структуры идентичности интернет-зависимых пользователей. Им свойственно выраженное стремление избавиться от требований окружающих, повышенная чувствительность к ограничительным мерам по отношению к себе. Они воспринимают интернет как среду, где более вероятно возможность получения эмоциональной поддержки, в отличие от социума в реальном мире. А. Е. Жичкина, кроме интернет-зависимости, в диссертационном исследовании на тему «Взаимосвязь идентичности и поведения в интернете пользователей юношеского возраста» описывает еще две стратегии: «активность в действии» и «активность в восприятии альтернатив». Данные стратегии регулируются структурой идентичности, которая проявляется в стремлении соответствовать своему идеальному «Я» в интернет-пространстве.

Особенности личности влияют на выбор определенной стратегии сетевой коммуникации. В работах многих исследователей отмечается [Chittaro, 2013; Van Beek, 2010; Vincent Van Vruugen, 2018], что одними из важных неосознаваемых регуляторов поведения человека, как в реальности, так и в сети, являются базисные убеждения личности и временная перспектива.

Временная перспектива отражает ценности, установки и убеждения личности, связанные со временем [Zimbardo, 2008]. Когда студенты сильно склонны к одной из временных перспектив, их поведенческие реакции становятся предсказуемыми и формируются уже как часть их «личности» [Gutpa, 2012]. Данные реакции даже могут стать дисфункциональными, дезадаптивными, если ориентация на определенную временную категорию начинает доминировать за счет других временных перспектив [Bonniwell, 2004]. Специалисты выделяют временную перспективу как важную личностную особенность студента, предопределяющую характер его вовлеченности в процесс сетевой коммуникации, влияющей на его суждения и принятие решений. Некоторые исследования указывают на то, что направленный на будущее студент предпочтет конструктивные стратегии сетевого общения как

следствие умения контролировать свои импульсивные желания, ставить долгосрочные цели и достигать их [Luuskx, 2010]. Другие подчеркивают роль всех «негативных» временных перспектив в качестве предикторов интернет-зависимости [Lukavska, 2018], относя к «негативным» временным перспективам негативное прошлое, фаталистическое и гедонистическое настоящее.

Еще один важный регулятор поведения — базисные убеждения личности, которые выполняют мотивационную и побудительную функции. Как пишет М. А. Падун, личность конструирует собственную жизнь, стараясь достичь чувства безопасности, основываясь на имплицитной структуре, включающей в себя убеждения о враждебности-доброжелательности окружающего мира, понимании собственного Я и справедливости мира [Падун, 2003]. Базисные убеждения содержат когнитивно-аффективные компоненты, которые проявляются как представления индивида, сквозь призму которых он воспринимает события окружающего мира, формирует взгляд на него и отношения в нем. Данные убеждения помогают структурировать жизнь и придают ей смысл, а также определяют выбор поведенческих стратегий. В то же время наличие адаптивных «ресурсных» базисных убеждений предоставляет студенту чувство опоры, безопасности, защиты и реальности, а дезадаптивные, «нересурсные» убеждения могут приводить к невротизации личности и повышению тревожности [Секацкая, 2020]. Регулятивная функция базисных убеждений особенно важна в студенческом возрасте [Божович, 2019]. Коммуникативная стратегия студентов в сети может меняться в зависимости от превалирования у них «ресурсного» либо «нересурсного» мировосприятия. Например, у студенческой молодежи с доминирующим «нересурсным», «пессимистическим» мировосприятием обнаруживаются признаки интернет-зависимости [Лазарев, 2018].

Временная перспектива и базисные убеждения личности интегрируют в себе когнитивные, аффективные, мотивационные и социальные психологические аспекты. Они способствуют выбору дезадаптивной либо конструктивной стратегии сетевой коммуникации [Сунгурова, 2021; Lukavska, 2018], которые, в свою очередь, могут повлиять на течение актуальных для данного возрастного периода процессов. Важной проблемой является определение личностных особенностей студентов, способствующих либо

препятствующих выбору дезадаптивных стратегий сетевой коммуникации, поэтому актуально исследовать данные личностные особенности студенческой молодежи во взаимосвязи со стратегиями сетевой коммуникации.

Цель исследования: изучить особенности временной перспективы и базисных убеждений студентов с разными стратегиями сетевой коммуникации

Базисные убеждения и временная перспектива выделены как компоненты регуляции поведения в сетевой коммуникации. Установки по отношению к интернету и поведение в интернете рассматриваются как стратегии сетевой коммуникации.

Методы исследования

В исследовании приняли участие 122 студента Российского университета Дружбы Народов (61 студент филологического факультета и 61 студент медицинского института) в возрасте от 18 до 22 лет. Из них 78 девушек и 44 юноши.

Использовался метод опроса. В исследованиях применялась методика «Шкала базисных убеждений» в адаптации О. Кравцовой; Опросник временной перспективы Р. G. Zimbardo (Zimbardo Time Perspective Inventory — ZTPI) в адаптации А. Сырцовой, Е. Соколовой, О. Митиной (2008). Стратегии поведения в интернете выявлялись с помощью «Опросника установок по отношению к интернету» (Э. Губенко) и «Опросника поведения в интернете» (А. Жичкина).

Методы математической обработки представлены критерием Фридмана, критерием Манна-Уитни, коэффициентом корреляции Спирмена, факторным анализом. Компьютерная обработка данных осуществлялась с использованием программных пакетов «Excel» и «IBM SPSS Statistics 22».

Результаты исследования

Результаты исследования по методике «Шкала базисных убеждений» показывают, что у респондентов доминируют такие базисные убеждения, как «Степень самоконтроля» (5,4) и «Благоклонность мира» (5,3) ($Xr^2 = 51,686$; $p = 0$). Студенты убеждены в том, что в мире больше добра, чем зла, и в собственной способности контролировать происходящие события, выбирать такие поведенческие стратегии, которые увеличивают шанс благоприятного исхода дела. Возможно, студент, решая новые для себя жизненные и академические задачи,

увеличивает собственную уверенность в том, что способен выбирать выигрышные поведенческие паттерны. Это может способствовать улучшению качества его взаимоотношений с окружающим миром, что может подкреплять убежденность в превалировании хорошего в мире над плохим. В меньшей степени проявляется убежденность в справедливости мира. Это говорит об определенном недоверии к миру в целом.

При помощи критерия Манна — Уитни были выявлены статистически достоверные различия по профилю обучения по шкале «Случайность» ($U = 1395,5$; $p = 0,17$). Студентам филологического факультета более свойственна убежденность в том, что принципом распределения происходящих событий является случайность. Вера в случай подразумевает нежелание брать на себя ответственность за происходящее, как и слабую веру в собственные силы и возможности. Возможно, студенты филологического факультета еще не до конца определились с будущей профессией и им свойственно наличие определенной диффузности в мировосприятии. Процесс учебы студентов медицинского института более сложен и требует приложения серьезных усилий. В итоге у молодого человека может укрепиться убеждение в том, что именно он является творцом собственной жизни, а не случай помогает ему стать врачом. В то же время выбор медицинского института, обучение на врача может подразумевать слабую выраженность убеждения в случайности происходящего, ведь сам факт выбора сложной профессии может говорить о способности конструировать свою жизнь.

Анализ результатов исследования по опроснику временной перспективы показал, что у респондентов доминантными временными перспективами являются «Будущее» (3,6) и «Позитивное прошлое» (3,6) ($X^2 = 109,464$; $p = 0$). Это говорит об общей направленности студентов на будущее, подкрепленное позитивным реконструированием собственного прошлого. Они способны ставить цели и задачи, контролировать собственное поведение, пренебрегать наслаждением в настоящем времени ради будущей выгоды. Им характерно отражать прошлые события с позитивным отношением, то есть прошлое для них может служить опорой, источником положительных эмоций. Выбор студенческой жизни может подразумевать способность активно участвовать в построении собственного будущего, как следствие у молодого студента проявляется выраженная направленность на будущее. Одновременно с

этим им помогает позитивное восприятие прошлого как опора, дающая эмоциональные силы для поступления в вуз, для добровольного принятия ответственности. В меньшей степени у студенческой молодежи проявляется ориентация на «гедонистическое настоящее». Молодым людям свойственна вера в то, что на будущее и на результаты в будущем можно влиять «здесь и сейчас». Статистически значимые различия по направлениям профессиональной подготовки и по полу не выявлены.

Результаты исследования по «Опроснику установок по отношению к интернету» показали, что у респондентов доминантными установками в сетевой коммуникации являются «Отвлечение» (3) и «Сниженный самоконтроль» (2,8) ($X^2 = 70,16$; $p = 0$). Студенты больше направлена на процесс сетевой коммуникации с целью отвлечься от стрессовых ситуаций, заданий или мыслей. Также им присущи навязчивые мысли о посещении интернета и необходимости участвовать в сетевой коммуникации. Молодым людям сложно уменьшить активность взаимодействия с интернетом, несмотря на желание так поступить. Данная тенденция может оказывать негативное воздействие на личную адаптационную способность студента, что способно усилить чувствительность к стрессовым ситуациям, которая, в свою очередь, приведет к еще большему избеганию стрессовых ситуаций с помощью виртуального пространства, в конечном итоге может возникнуть проблема интернет-зависимости. Менее всего студенческой молодежи свойственно входить в процесс сетевой коммуникации с целью поиска чувства социального комфорта и удовлетворения потребности в чувствах безопасности и защиты. Статистически значимые различия по направлениям профессиональной подготовки и по полу не выявлены.

Исследование стратегий поведения в интернете выявило, что у студентов преобладает «Активность в восприятии альтернатив» (2,7) ($X^2 = 111,402$; $p = 0$). Студентам наиболее свойственна ориентировочная деятельность в чистом виде, восприятие альтернатив без выбора между ними. В частности, им свойственно искать новый опыт и возможности в интернет-пространстве, будь то развлечения или новые знакомства. Статистически значимые различия по направлениям профессиональной подготовки и по полу не выявлены.

Корреляционный анализ базисных убеждений и временной перспективы со стратегиями сете-

вой активности и установками по отношению к интернету выявил, что студентам, ориентированным на сетевую активность с целью поиска социального комфорта, характерно акцентировать внимание на негативных событиях прошлого ($r_s = 0,385$; $p < 0,001$) и относиться к будущему как заранее предопределенному, на что они не могут повлиять ($r_s = 0,194$; $p < 0,01$). Это часто приводит к переживанию депрессивных чувств, беспокойства, агрессии, неудовлетворенности и низкой самооценки. Убежденность студентов в превалировании в мире добра над злом ($r_s = -0,285$; $p < 0,001$), в доброжелательности людей ($r_s = -0,184$; $p < 0,01$), в ценности собственного «Я» ($r_s = -0,321$; $p < 0,001$), в способности выбирать поведение, предотвращающее возможные несчастья и увеличивающее шанс на успех, и в собственной удачливости ($r_s = -0,232$; $p < 0,01$), способствует формированию умения создавать безопасные, комфортные и значимые связи в реальном мире и удовлетворять потребность в социальном комфорте в мире «offline». Также студентам, ориентированным на будущее ($r_s = -0,244$; $p < 0,001$) и воспринимающим свое прошлое как позитивное ($r_s = -0,223$; $p < 0,01$), не свойственно вступать в интернет-активность с целью поиска социального комфорта.

Для респондентов, предпочитающих вступать в процесс сетевой коммуникации в попытке избежать чувств одиночества и депрессии, характерно ориентирование на реконструирование своего прошлого в негативном ключе ($r_s = 0,252$; $p < 0,001$). Им свойственно отсутствие направленности на будущее ($r_s = -0,271$; $p < 0,001$), то есть умения ставить цели и выбирать соответствующие поведенческие стратегии для их достижения; присутствуют убеждения в несправедливости мира ($r_s = -0,204$; $p < 0,01$) и в отсутствии ценности собственного «Я» ($r_s = -0,429$; $p < 0,001$).

Пользователям с обсессивными мыслями о посещении интернета в целом и о сетевой коммуникации в частности присуще негативное реконструирование своего прошлого ($r_s = 0,315$; $p < 0,001$), неумение строить планы, потакание импульсивным желаниям ($r_s = -0,204$; $p < 0,001$) и наличие убеждения в низкой ценности собственного «Я» ($r_s = -0,385$; $p < 0,001$).

Студенческая молодежь, выбирающая избегательную поведенческую стратегию в контексте сетевой коммуникации, характеризуется наличием негативных чувств, чувства неудовлетворенности, депрессии, возникающих из-за ориенти-

рованности на негативное прошлое ($r_s = 0,223$; $p < 0,01$), фаталистического восприятия настоящего ($r_s = 0,217$; $p < 0,01$), отсутствия стремления к будущему и потакания импульсивным желаниям ($r_s = -0,337$; $p < 0,001$), убежденности в низкой значимости собственного «Я» ($r_s = -0,398$; $p < 0,001$) и в превалировании в мире зла над добром ($r_s = -0,180$; $p < 0,001$).

Студентам, предпочитающим вступать в процесс сетевой коммуникации в соответствии с заранее поставленной задачей и известным результатом, присуща убежденность в низкой отзывчивости и «недоброде» окружающих людей ($r_s = -0,203$; $p < 0,01$).

Студентам, выбирающим поисковую деятельность в интернете, вступающим в процесс сетевой коммуникации ради переживания нового опыта, нахождения новых контактов, присущи убеждения в низкой отзывчивости и невнимательности окружающих людей ($r_s = -0,178$; $p < 0,01$) и в низкой ценности собственного «Я» ($r_s = -0,187$; $p < 0,01$).

Интернет-зависимым студентам свойственны фатализм ($r_s = 0,192$; $p < 0,01$) и депрессивные мысли о прошлом ($r_s = 0,231$; $p < 0,01$). Реконструкция прошлых бытовых событий в негативном аспекте способствует формированию депрессивных чувств. Студент может использовать интернет как легкодоступное пространство, куда можно убежать от депрессивных чувств и где можно найти общение, способное облегчить их. В свою очередь, фаталистическое отношение студента к будущему говорит о его неверии в возможность изменить ситуацию: поскольку «на будущее невозможно повлиять», депрессия воспринимается как фаталистическая данность, и студент выбирает пассивную позицию. Как следствие, закрепляется порочный круг «депрессия — уход в интернет-общение», и формируется интернет-зависимость.

Факторный анализ выявил только один фактор, показывающий взаимосвязи стратегий сетевой коммуникации с базисными убеждениями. Мы обозначили его как «фактор значимости ценного “Я” в интернет-коммуникации». Данный фактор означает, что убежденность в низкой значимости и ценности собственного «Я» (-0,567) связана с тенденцией к формированию интернет-зависимости (0,586) и выбором дезадаптивных стратегий сетевой коммуникации, таких как уход в сетевую коммуникацию с целью избегания проблем в реальном мире (0,690), негативных мыслей, чувства депрессии и одиночества (0,718)

ради поиска чувства комфорта (0,659) и нежелание-невозможность при необходимости прекратить процесс сетевой коммуникации (0,866).

Заключение

Временная перспектива отражает ценности, установки и убеждения личности, связанные со временем. В свою очередь, базисные убеждения личности относятся к миру и людям в целом. Оба этих конструкта содержат в себе когнитивно-аффективные компоненты, проявляющиеся как представления индивида, сквозь призму которых он воспринимает события окружающего мира, формирует взгляд на него и отношения в нем. Убеждения, связанные со временем и с миром в целом, помогают структурировать нашу жизнь и придают ей смысл. Они влияют на суждения личности, принятие решений и, в итоге, на поведение.

Исходя из полученных данных, во-первых, можно сделать вывод, что для студентов временная перспектива будущего и позитивного прошлого, а также убежденность в ценности собственного «Я» являются «ресурсными» в контексте сетевой коммуникации. При наличии данных личностных особенностей им свойственно вступать в конструктивную коммуникационную активность в интернет-пространстве, контролировать данный процесс и не впадать от него в зависимость.

Во-вторых, студентам, для которых взаимодействие с интернет-средой характеризуется как проблематичное и у которых наблюдается тенденция к интернет-зависимости, свойственно реконструировать бытовые события своего прошлого в негативном ключе, что является источником негативных мыслей, от которых они убегают в виртуальное пространство, и фаталистически воспринимать собственное настоящее, означающее пассивное отношение к своей жизни. Также они убеждены в том, что их «Я» не столь ценно, что является еще одним источником депрессивных мыслей. Можно предположить, что пассивность от фаталистического восприятия настоящего закрепляет порочный круг «депрессивные мысли — уход в интернет-коммуникацию», в итоге со временем формируется интернет-зависимость.

В-третьих, выявлена важность сбалансированности временных перспектив и базисных убеждений как важного фактора, связанного с дезадаптивным поведением в интернет-пространстве. Сбалансированная временная ориентация характеризуется высокой направленно-

стью на будущее и превалированием позитивного реконструирования бытовых событий прошлого над негативным, а также способностью гибкого переключения между размышлениями о прошлом, настоящем или будущем. Такой личности свойственны оптимизм, удовлетворенность жизнью и временем, самоэффективность, позитивные эмоции. В свою очередь, сбалансированные, адаптивные базисные убеждения личности способны предоставить индивиду чувства опоры, безопасности и защиты.

Выявленная специфика взаимосвязи временной перспективы и базисных убеждений со стратегиями сетевой коммуникации имеет практическую ценность для работы психологической службы со студентами в условиях дистанционного обучения, что актуально в пост-эпидемиологическом мире. Для профилактики проблемного пользования интернетом в процессе работы психологической службы рекомендуется уделять внимание проработке восприятия студентом своего прошлого и ориентированности на будущее; формировать умение ставить цели и способность учитывать последствия собственных действий. Рекомендуется проводить тренинги по усилению базисного убеждения в ценности собственного «Я», которое является «ресурсным» в контексте проблематичного пользования интернетом.

Библиографический список

1. Акопова М. М. Особенности личности старших школьников, склонных к интернет-зависимости // Актуальные проблемы психологического знания. 2011. № 2 (19). С. 97-99.
2. Башкина А. С. Специфика профиля личности студентов с аддиктивным поведением в интернет-среде / А. С. Башкина, М. П. Носкова // Безопасность здоровья человека. 2017. № 3. С. 14-17
3. Божович Л. И. Теория Л. И. Божович: личность, психика, индивидуальность // Культурно-историческая психология. 2019. Том. 15. № 2. С. 85-90.
4. Бусел Е. Н. Взаимосвязь между интернет-зависимым поведением и особенностями личности современных подростков / Е. Н. Бусел, М. М. Морожанова // Современное образование Витебщины. 2016. № 3. С. 61-66.
5. Емелин В. А. Психологические последствия развития информационных технологий / В. А. Емелин, Е. И. Рассказова, А. Ш. Тхостов // Национальный психологический журнал. 2012. № 1 (7). С. 81-87.
6. Лазарев А. И. Особенности базисных убеждений студентов с разными стратегиями поведения в интернете // Наука и образование: сохраняя прошлое, создаем будущее : сборник статей XIV Международ-

ной научно-практической конференции : в 3 частях. МЦНС «Наука и просвещение». Санкт-Петербург : СПбУ, 2018. С. 191-200.

7. Никулова Г. А. Студенты переселились в интернет: присутствие, предпочтения, влияние / Г. А. Никулова, Л. Н. Боброва // Образовательные технологии и общество. 2016. Т. 19. № 2. С. 645-661.

8. Падун М. А. Психическая травма и базисные когнитивные схемы личности / М. А. Падун, Н. В. Тарабрина // Московский психотерапевтический журнал. 2003. № 1. С. 121-142.

9. Секацкая Е. О. Базисные убеждения личности, представления о себе и их взаимосвязь со стратегиями совладания // Психология. 2020. № 8. С. 64-68.

10. Сунгурова Н. Л. Личностные особенности студентов с разными стратегиями виртуального взаимодействия // Российский университет дружбы народов, 2018. 176 с.

11. Сунгурова Н. Л. Базисные убеждения и стратегии сетевой активности студентов / Н. Л. Сунгурова, М. В. Цвекс // Казанский педагогический журнал. 2021. № 1 (144). С. 267-271.

12. Эриксон Э. Г. Детство и общество / под ред. Т. Шапошниковой. Санкт-Петербург : Питер, 2019. 448 с.

13. Barnett J., Coulson M. Virtually reality: A psychological perspective on massively multiplayer online games // Review of General Psychology. 2010. № 14 (2). P. 167-179.

14. Boniwell I., Zimbardo P. G. Balancing one's time perspective in pursuit of optimal functioning / In P. A. Linley, S. Joseph (Ed.) // Positive psychology in practice. Hoboken, N. J. : Wiley, 2004. P. 165-178.

15. Chittaro L., Vianello A. Time perspective as a predictor of problematic Internet use: a study of Facebook users // Personality and Individual Differences. 2013. № 55 (8). P. 989-993.

16. Davis R. A. A cognitive-behavioral model of pathological Internet use // Computers in Human Behaviour. 2001. № 17. P. 187-195.

17. Earl J. K., Bednall T. C., Muratore A. M. A matter of time: why some people plan for retirement and others do not // Work, aging and retirement. 2015. № 1. P. 181-189.

18. Gloria M., Yoav G. Personality and Internet usage: A large-scale representative study of young adults // Computers in Human Behavior. 2014. № 36. P. 274-281.

19. Gupta R., Hershey D. A., Gaur J. Time Perspective and Procrastination in the workplace: an empirical investigation // Current Psychology. 2012. № 31. P. 195-211.

20. Kemp S. Digital 2021: global overview report // Datareportal. 2021. URL: <https://datareportal.com/reports/digital-2021-global-overview-report> (date of application: 09.03.2023).

21. Van Beek W., Berghuis H., Herkhof A., Beekman A. Time perspective, personality and psychopathology:

Zimbardo's time perspective inventory in psychiatry // Journal of time and Society. 2010. № 20. P. 364-374.

22. Vincent van Vruugen et all. Structural validity of the World Assumption Scale // Department of Psychology Health and Technology, University of Twente, Enschede, The Netherlands. 2018. № 31. P. 816-825.

23. Lukavska K. The immediate and long-term effects of time perspective on Internet gaming disorder // Journal of Behavioral addiction. 2018. № 7 (1). P. 44-51.

24. Yee N. The psychology of massively multi-user online role-playing games: motivations, emotional investment, relationships and problematic usage // Schroeder R., Axelsson A. S, eds. Avatars at work and play: collaboration and interaction in shared virtual environments. Dordrecht : Springer, 2006. P. 187-207.

25. Rains S. A., Young V. A meta-analysis of research on formal computer-mediated support groups: Examining group characteristics and health outcomes // Human Communication Research. 2009. № 35 (3). P. 309-336.

26. Zimbardo P. G., Boyd J. N. The time paradox. New York : Free Press/Simon & Schuster, 2008. 400 p.

27. Przepiorka A., Blachnio A. Time perspective in Internet and facebook addiction // Computers in Human Behavior. 2016. № 60. P. 13-18.

28. Keough K. A., Zimbardo P. G., Boyd J. N. Who's smoking, drinking, and using drugs? Time perspective as a predictor of substance abuse // Basic and Applied Social Psychology. 1999. № 21. P. 149-164.

29. Luyckx K., Lens W., Smits I., Goossens L. Time perspective and identityformation: Short-term longitudinal dynamics in college students // International Journal of Behavioral Development. 2010. № 34. P. 238-247.

Reference list

1. Akopova M. M. Osobennosti lichnosti starshih shkol'nikov, sklonnyh k internet-zavisimosti = Personality features of high school students prone to Internet addiction // Aktual'nye problemy psihologicheskogo znaniya. 2011. № 2 (19). S. 97-99.

2. Bashkina A. S. Specifika profilja lichnosti studentov s additivnym povedeniem v internet-srede = Specifics of the personality profile of students with addictive behavior in the Internet environment / A. S. Bashkina, M. P. Noskova // Bezopasnost' zdorov'ja cheloveka. 2017. № 3. S. 14-17

3. Bozhovich L. I. Teorija L. I. Bozhovich: lichnost', psihika, individual'nost' = Theory L. I. Bozovic: personality, psyche, individuality // Kul'turno-istoricheskaja psihologija. 2019. Tom. 15. № 2. S. 85-90.

4. Busel E. N. Vzaimosvjaz' mezhdju internet-zavisimym povedeniem i osobennostjami lichnosti sovremennyh podrostkov = Relationship between Internet-dependent behavior and personality traits of modern adolescents / E. N. Busel, M. M. Morozhanova // Sovremennoe obrazovanie Vitebshhiny. 2016. № 3. S. 61-66.

5. Emelin V. A. Psihologicheskie posledstvija razvitiya informacionnyh tehnologij = Psychological consequences of information technology development / V. A. Emelin,

E. I. Rasskazova, A. Sh. Thostov // Nacional'nyj psihologicheskij zhurnal. 2012. № 1 (7). S. 81-87.

6. Lazarev A. I. Osobennosti bazisnyh ubezhdenij studentov s raznymi strategijami povedenija v internete = Features of basic beliefs of students with different strategies of behavior on the Internet // Nauka i obrazovanie: sohranjaja proshloe, sozdaem budushhee : sbornik statej XIV Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoj konferencii : v 3 chastjah. MCNS «Nauka i prosveshhenie». Sankt-Peterburg : SPBU, 2018. S. 191-200.

7. Nikulova G. A. Studenty pereselilis' v internet: pristinost' i predpochtenija, vlijanie = Students moved to the Internet: presence, preferences, influence / G. A. Nikulova, L. N. Bobrova // Obrazovatel'nye tehnologii i obshchestvo. 2016. T. 19. № 2. S. 645-661.

8. Padun M. A. Psihicheskaja travma i bazisnye kognitivnye shemy lichnosti = Mental trauma and underlying cognitive personality patterns / M. A. Padun, N. V. Tarabrina // Moskovskij psihoterapevticheskij zhurnal. 2003. № 1. S. 121-142.

9. Sekackaja E. O. Bazisnye ubezhdenija lichnosti, predstavlenija o sebe i ih vzaimosvjaz' so strategijami sovladanija = Basic personality beliefs, self-representations and their relationship with coping strategies // Psihologija. 2020. № 8. S. 64-68.

10. Sungurova N. L. Lichnostnye osobennosti studentov s raznymi strategijami virtual'nogo vzaimodejstviya = Personal features of students with different strategies for virtual interaction. Moskva : Rossijskij universitet družby narodov, 2018. 176 s.

11. Sungurova N. L. Bazisnye ubezhdenija i strategii setевой aktivnosti studentov = Basic beliefs and strategies for student networking / N. L. Sungurova, M. V. Cveks // Kazanskij pedagogicheskij zhurnal. 2021. № 1 (144). S. 267-271.

12. Jerikson Je. G. Detstvo i obshchestvo = Childhood and society / pod red. T. Shaposhnikova. Sankt-Peterburg : Piter, 2019. 448 s.

13. Barnett J., Coulson M. Virtually reality: A psychological perspective on massively multiplayer online games // Review of General Psychology. 2010. № 14 (2). P. 167-179.

14. Boniwell I., Zimbardo P. G. Balancing one's time perspective in pursuit of optimal functioning / In P. A. Linley, S. Joseph (Ed.) // Positive psychology in practice. Hoboken, N. J. : Wiley, 2004. P. 165-178.

15. Chittaro L., Vianello A. Time perspective as a predictor of problematic Internet use: a study of Facebook users // Personality and Individual Differences. 2013. № 55 (8). P. 989-993.

16. Davis R. A. A cognitive-behavioral model of pathological Internet use // Computers in Human Behaviour. 2001. № 17. P. 187-195.

17. Earl J. K., Bednall T. C., Muratore A. M. A matter of time: why some people plan for retirement and others do not // Work, aging and retirement. 2015. № 1. P. 181-189.

18. Gloria M., Yoav G. Personality and Internet usage: A large-scale representative study of young adults // Computers in Human Behavior. 2014. № 36. P. 274-281.

19. Gupta R., Hershey D. A., Gaur J. Time Perspective and Procrastination in the workplace: an empirical investigation // Current Psychology. 2012. № 31. P. 195-211.

20. Kemp S. Digital 2021: global overview report // Datareportal. 2021. URL: <https://datareportal.com/reports/digital-2021-global-overview-report> (date of application: 09.03.2023).

21. Van Beek W., Berghuis H., Herkhof A., Beekman A. Time perspective, personality and psychopathology: Zimbardo's time perspective inventory in psychiatry // Journal of time and Society. 2010. № 20. P. 364-374.

22. Vincent van Vruugen et al. Structural validity of the World Assumption Scale // Department of Psychology Health and Technology, University of Twente, Enschede, The Netherlands. 2018. № 31. P. 816-825.

23. Lukavska K. The immediate and long-term effects of time perspective on Internet gaming disorder // Journal of Behavioral addiction. 2018. № 7 (1). P. 44-51.

24. Yee N. The psychology of massively multi-user online role-playing games: motivations, emotional investment, relationships and problematic usage // Schroeder R., Axelsson A. S, eds. Avatars at work and play: collaboration and interaction in shared virtual environments. Dordrecht : Springer, 2006. P. 187-207.

25. Rains S. A., Young V. A meta-analysis of research on formal computer-mediated support groups: Examining group characteristics and health outcomes // Human Communication Research. 2009. № 35 (3). P. 309-336.

26. Zimbardo P. G., Boyd J. N. The time paradox. New York : Free Press/Simon & Schuster, 2008. 400 p.

27. Przepiorcka A., Blachnio A. Time perspective in Internet and facebook addiction // Computers in Human Behavior. 2016. № 60. P. 13-18.

28. Keough K. A., Zimbardo P. G., Boyd J. N. Who's smoking, drinking, and using drugs? Time perspective as a predictor of substance abuse // Basic and Applied Social Psychology. 1999. № 21. P. 149-164.

29. Luyckx K., Lens W., Smits I., Goossens L. Time perspective and identityformation: Short-term longitudinal dynamics in college students // International Journal of Behavioral Development. 2010. № 34. P. 238-247.

Статья поступила в редакцию 25.01.2023; одобрена после рецензирования 24.02.2023; принята к публикации 23.03.2023.

The article was submitted 25.01.2023; approved after reviewing 24.02.2023; accepted for publication 23.03.2023.