

Особенности академической прокрастинации при интернет-зависимости у студентов гуманитарных специальностей

М. В. Зверева¹

¹ Научный центр психического здоровья,
115522, Россия, Москва, Каширское шоссе, 34

Сведения об авторе:

Зверева Мария Вячеславовна

e-mail: maremerald@gmail.com

ResearcherID: Q-4657-2018

ORCID: 0000-0001-9036-9503

SPIN-код РИНЦ: 5598-8450

© Автор (2019).

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

Аннотация. В статье представлены результаты исследования особенностей академической прокрастинации при интернет-зависимости у студентов гуманитарных специальностей. Актуальность изучения прокрастинации при интернет-зависимости у лиц молодого возраста обусловлена несколькими причинами. Прокрастинация – возрастно-специфический феномен (следует из многочисленных исследований, посвященных академической прокрастинации), широко распространена среди студенческой молодежи. Интернет-зависимость – относительно новый феномен, также часто встречающийся в молодежной среде. Возрастная специфика, трудности, связанные с мотивационными нарушениями при

прокрастинации и интернет-зависимости позволяют предположить, что оба феномена имеют определенную взаимосвязь и оказывают существенное негативное влияние на процесс получения образования студентами. Выбор общего направления определен изучением особенностей влияния прокрастинации при разных специализациях внутри гуманитарного направления, в котором существуют разнообразные области знаний, имеющие даже разные направления типов профессии, согласно Е. А. Климову. Например, в гуманитарное направление входят профессии типа «человек – человек», и «человек – знаковая система». Цель данного исследования – выявление особенностей академической прокрастинации при интернет-зависимости у студентов гуманитарных направлений. Комплексом методик обследованы 2 группы студентов. Первичная статистическая обработка выявила разное количество корреляционных связей между параметрами прокрастинации, интернет-зависимостью и дополнительными методиками для каждой группы. Частота прокрастинации и показателей интернет-зависимости имеют значимую корреляционную связь в обеих группах, но в целом студенты-психологи продемонстрировали более чем в два раза большее количество значимых связей, чем студенты-звукорежиссеры. Кластерный анализ позволил выявить группы с наибольшим, наименьшим и средним показателем частоты прокрастинации и интернет-зависимости. Между кластерами отмечается разница в дополнительных связях каждого кластера с параметрами опросника «Шкала оценки прокрастинации PASS», опросника на агрессивность Басса-Перри, а также фрустрационного теста Розенцвейга. Проведенный качественный анализ анкетных данных позволил выявить предпочтения времяпрепровождения в интернете в исследуемых группах студентов гуманитарного направления. Значимой разницы не было выявлено между группами студентов факультета психологии и факультета звукорежиссуры. Обе группы на первом месте ставят использование Интернета для развлекательных целей.

Ключевые слова: академическая прокрастинация, гуманитарное образование, интернет-зависимость, молодой возраст, профессиональное самоопределение.

Specific features of academic procrastination among Internet-addicted students in humanities

M. V. Zvereva¹

¹ Federal State Budget Scientific Institution "Mental Health Research Center",
34 Kashirskoye Hwy., Moscow 115522, Russia

Author:

Zvereva Maria V.

e-mail: maremerald@gmail.com

ResearcherID: Q-4657-2018

ORCID: 0000-0001-9036-9503

SPIN: 5598-8450

Copyright:

© The Author (2019).

Published by Herzen State

Pedagogical University of Russia.

Abstract. The article presents the results of a study of specific features of academic procrastination of Internet-addicted students in humanities. The study of procrastination among Internet-addicted young people is of great relevance for a number of reasons. Procrastination is an age-specific phenomenon (as shown by numerous studies concerning academic procrastination) widespread among students. Internet addiction is a relatively new phenomenon that is also common among young people. Challenges unique to a specific age, as well as motivational challenges concerning procrastination and Internet addiction suggest that both phenomena are closely linked and have a significant negative impact on students' academic performance. The general research direction of this article is to study procrastination features of

different fields and specialties within humanities, as determined by Evgeniy A. Klimov. For example, humanities include "person to person", and "person to sign system" professions. The purpose of this study is to identify the specific features of academic procrastination among Internet-addicted students in humanities. Two groups of students were studied using a set of methods. The initial statistical analysis revealed a different number of correlations between procrastination parameters, Internet addiction and the results of additional methods for each group. The frequency of procrastination and indicators of Internet-addiction have a significant correlation in both groups, but psychology students showed more than twice as many significant correlations as sound engineers. Cluster analysis revealed groups with highest, lowest, and average rates of procrastination and Internet-addiction. Between clusters there is a difference in additional connections of each cluster with parameters of the PASS-questionnaire, BPAQ, and Rosenzweig frustration test. A qualitative analysis of personal data made it possible to identify preferences for spending time on the Internet in surveyed groups of students in humanities. No significant differences were found between groups of psychology students and sound engineering students. Both groups prefer to use the Internet for entertainment.

Keywords: academic procrastination, humanities, internet addiction, young age, professional self-determination.

Введение

Студенческий возраст является важным периодом в становлении взрослого самостоятельного человека. Молодой человек совершает жизненный и профессиональный выбор. Учебная деятельность в ВУЗе

помогает уточнить профессиональный выбор и укрепить приобретенные знания. В исследовании участвовали студенты гуманитарного направления, относящиеся к разным типам профессий по Е. А. Климову: «человек – знаковая система», «человек –

художественный образ» и «человек – человек». Описание основных качеств выбранных типов профессий, находящихся на стыке между «человек – знаковая система» и «человек – художественный образ», строится не только на владении языком программирования, но и таланте к созданию художественных произведений. Этим требованиям соответствует деятельность звукорежиссера, где для профессионала важно уметь работать с технологией записи и обработки звука и при этом обладать художественным и музыкальным талантом. В описании профессии «человек – человек» отмечается значимость навыка взаимодействия с людьми. Необходимо принимать внутренний мир каждого человека, терпеливо относиться к его личностным, возрастным и статусным особенностям. Такой профессии соответствует профессия психолога (Климов 1993).

В нормативном развитии одной из причин, препятствующей гармоничному развитию и профессиональным достижениям, может стать прокрастинация – откладывание выполнения важных дел, а также принятия решений. Прокрастинация свойственна любому возрасту, но чаще всего она встречается среди студентов (Зверева 2018). Феномен прокрастинации обычно проявляется в деятельности, результат которой является лично значимым. Среди негативных последствий отмечают как снижение успеваемости и успехов на работе, так и переживания собственной неуспешности, чувство тревоги, неудовлетворенность результатами своей деятельности. (Зверева 2014; Киселева 2015; Tibbett, Ferrari 2014).

Под интернет-зависимостью понимается навязчивое и порой неконтролируемое желание подключиться к всемирной сети и неспособность вовремя от нее отключиться. В отличие от химической зависимости, интернет-зависимость в гораздо меньшей степени наносит физический вред, но при отсутствии признаков последнего невоз-

можно назвать этот вид зависимости безопасным (Лоскутова 2014). Приобщение к информации в любой точке мира не исключает последствий небезопасного пользования интернетом. Зависимость от интернета может приводить к снижению работоспособности и проблемам функционирования в обществе (Войскунский 2014; Солдатова, Рассказова, Нестик 2018). Гаджеты окружают человека, побуждая погрузиться в интернет в любой момент, что может стать одной из причин прокрастинации.

Методы

«Шкала оценки академической прокрастинации “PASS” (Procrastination Assessment Scale for Students)» в адаптации М. В. Зверевой (далее шкала PASS), опросник Кимберли Янг на выявление интернет-зависимости в адаптации В. А. Лоскутовой (Буровой) (далее опросник К. Янг), анкета на выявление предпочитаемого времяпрепровождения в интернете. Дополнительно были использованы опросник на агрессивность Басса-Перри в адаптации С. Н. Ениколопова и Н. П. Цибульского (далее тест Басса-Перри); фрустрационный тест С. Розенцвейга (далее тест Розенцвейга). Статистическая обработка осуществлялась при помощи программы SPSS 20.

Материалы

Обследованы 2 группы испытуемых: 28 студентов 3 курса факультета звукорежиссуры ФГБОУ ВО «Московской государственной институт культуры» (МГИК) обоих полов (20–30 лет) – группа ЭГ1; 28 студентов 3 курса факультета психологии НОЧУ ВО «Московский институт Психоанализа» (МИП) обоих полов в возрасте (20–25 лет) – группа ЭГ2.

Результаты и их обсуждение

Статистическая обработка проводилась в несколько этапов: первый этап – корреляционный анализ полученных данных всех опросников. Второй этап обработки резуль-

татов – иерархическая кластеризация данных обеих экспериментальных групп по таким параметрам, как показатель интернет-зависимости по опроснику К. Янг и показатель частоты прокрастинации по «Шкале PASS». Третий этап – непараметрический анализ данных полученных кластеров по всему методическому комплексу с помощью критерия Краскелла-Уоллисса. Последний этап обработки – анализ анкетных данных, который проводился экспертной группой

психологов и лингвистов, для оценки применялся критерий Фишера.

Вначале обратимся к значимым корреляционным связям, выявленным при статистической обработке данных в обеих экспериментальных группах. В таблицах 1, 2 и 3 представлены данные корреляции по Пирсону двух экспериментальных выборок по показателям выбранных для исследования методик.

Таблица 1. Корреляции по Пирсону выборки ЭГ1.
Примечание: * – корреляция значима на уровне 0,05;
** – корреляция значима на уровне 0,01

Показатели по методикам	Гнев	Интегральный показатель	Импulsивность	Враждебность	Избегание неудач	Частота прокрастинации	Социальная тревожность	Вызов	Степень Агрессивности вовне	Переработка агрессии
Физическая агрессия	,723**	,792**	,433*	,349	,195	,091	-,103	,047	,114	,249
Гнев	1	,918**	,519**	,589**	,291	,079	,101	,351	,132	,288
Враждебность	,589	,785**	,354	1	,478*	,202	,361	,181	,142	,361
Интегральный показатель	,918	1	,533**	,785	,372	,192	,165	,251	,154	,322
Показатель интернет-зависимости	,206	,153	-,003	,242	,190	,478*	,207	-,062	,210	,266
Частота прокрастинации	,079	,192	,018	,202	,207	1	,451*	-,285	,121	,077
Плохой перфекционизм	,299	,181	,257	,181	-,026	-,237	,138	,386**	-,419**	-,267
Баланс Агрессивности	-,013	,107	,321	,168	,161	,134	,256	-,142	-,030	,482**

Всего обнаружено 14 значимых корреляций для ЭГ1. Наибольшее количество связей получено для теста Басса-Перри – 9. Следующим по численности связей идет тест Басса-Перри и «Шкала PASS» – 4. Показатель интернет-зависимости имеет прямую связь с показателем частоты прокрастинации. Связей показателей «Шкалы PASS» с другими опросниками и тестами для ЭГ1 было выявлено – 3. Две связи внутренние – «частота прокрастинации» положительно связана с такой причиной прокрастинации как «социальная тревож-

ность», а причина прокрастинации «плохой перфекционизм» положительно коррелирует с причиной прокрастинации «вызов». Единственная связь (отрицательная корреляция) с тестом Розенцвейга наблюдается между причиной прокрастинации «плохой перфекционизм» и показателем «степень агрессивности вовне». Была обнаружена внутренняя корреляция для теста Розенцвейга между показателем «баланс агрессивности» и «переработкой агрессии».

Корреляционные данные для ЭГ2 представлены в таблицах ниже.

Таблица 2. Корреляция по Пирсону для ЭГ2.
Примечание: * – корреляция значима на уровне 0,05;
** – корреляция значима на уровне 0,01

Показатели по методикам	Физическая агрессия	Гнев	Враждебность	Интегральный показатель	Показатель интернет-зависимости	Частота прокрастинации
Гнев	,455*	1	,555	,796	,093	,587
Враждебность	,418*	,555**	1	,833	,154	,390
Интегральный показатель	,783**	,796**	,833**	1	,163	,558
Частота прокрастинации	,400*	,587**	,390*	,558**	,443*	1
Импульсивность	,558*	,513**	,525**	,669**	,235	,342
Степень агрессивности вовне	,429*	,092	,376*	,406*	,330	,326
Избегание неудач	,118	,401*	,098	,233	,430*	,476*
Баланс агрессивности	,343	,432*	,534**	,559**	,180	,267
Лень	,260	,300	,378*	,393*	,241	,377*
Организованность	-,321	-,291	-,465*	-,457*	-,275	-,399*
Вызов	-,075	,016	,117	,038	,449*	,022
Переработка агрессии	,161	-,015	,019	,078	,385*	,256

Таблица 3. Корреляция по Пирсону ЭГ2 (Продолжение).
Примечание: * – корреляция значима на уровне 0,05;
** – корреляция значима на уровне 0,01

Показатели по методикам	Лень	Плохой перфекционизм	Организованность	Импульсивность	Самоконтроль	Степень агрессивности вовне	Баланс агрессивности
Плохой перфекционизм	,587**	1	-,241	,165	,236	,114	,473
Организованность	-,478*	-,241	1	,040	,589	-,391	-,420
Баланс агрессивности	,666**	,473*	-,420*	,427**	-,168	,401	1
Вызов	,322	,678**	-,242	,165	,149	,065	,272
Импульсивность	,365	,165	-,703**	1	-,449	,354	,427
Самоконтроль	-,341	,236	,589**	-,449*	1	-,454	-,168
Степень агрессивности вовне	,267	,114	-,391*	,354	-,454*	1	,401*
Переработка агрессии	,295	,063	-,243	,063	-,443*	,493**	,355

Для ЭГ2 выявлено большое количество корреляционных связей – всего 47, что в три раза превышает количество корреляционных связей в ЭГ1.

Сравнивая полученные результаты корреляционных связей для ЭГ1 и ЭГ2, можно

обнаружить совпадение в 10 случаях. Совпадающими являются следующие типы корреляционных связей:

- «Физическая агрессия» – «гнев»;
- «Физическая агрессия» – «интегральный показатель»;

- «Физическая агрессия» – «импульсивность»;
- «Гнев» – «враждебность»;
- «Гнев» – «интегральный показатель»;
- «Гнев» – «импульсивность»;
- «Враждебность» – «интегральный показатель»;
- «Интегральный показатель» – «импульсивность»;
- «Показатель интернет-зависимости» – «частота прокрастинации»;
- «Плохой перфекционизм» – «вызов».

Можно сделать предположение, что данные связи свидетельствуют о возрастнo-специфических особенностях для ЭГ1 и ЭГ2. Для обеих групп характерно большое количество связей теста Басса-Перри и «Шкалы PASS», однако показатели теста Розенцвейга у обеих групп не имеют совпадающего набора значимых корреляционных связей, что говорит о различии между исследуемыми группами. Общая для них связь с интернет-зависимостью представлена только для частоты прокрастинации, а причины,

личностные характеристики и параметры агрессивности для групп существенно различаются.

На втором этапе обработки проведена иерархическая кластеризация данных. Переменные для кластеризации – показатель интернет-зависимости по опроснику К. Янг и показатель частоты прокрастинации по «Шкале PASS». В кластеризацию вошли обе группы испытуемых. Было получено три кластера. В первый, наиболее многочисленный кластер, попали испытуемые со средними показателями по обоим методикам – 29 человек (среди них 16 – ЭГ 1 и 13 – ЭГ 2), во второй кластер вошли – 14 человек (9 человек – ЭГ 1 и 5 человек – ЭГ 2) с низкими показателями по обоим опросникам, третий кластер составили испытуемые с наиболее высокими показателями по выбранным опросникам – 13 человек (3 – ЭГ 1 и 10 – ЭГ 2). Ниже в таблице представлены описательные статистики для трех полученных кластеров.

Таблица 4. Описательные статистики кластеров

Кластеры	Описательные статистики	Возраст испытуемых	Показатель интернет-зависимости по опроснику К. Янг	Частота прокрастинации по «Шкале PASS»
КЛАСТЕР 1	Среднее	21,66	74,5	20,96
	Стд. отклонение	1,54	7,04	5,2
	Дисперсия	2,4	49,61	27,82
	Минимум	20	63	10
	Максимум	26	86	28
КЛАСТЕР 2	Среднее	24,7	56,1	14,8
	Стд. отклонение	4,25	3,99	5,02
	Дисперсия	18,1	15,9	25,2
	Минимум	20	49	6
	Максимум	35	63	22
КЛАСТЕР 3	Среднее	23,23	107,6	23,23
	Стд. отклонение	4,76	8,67	2,77
	Дисперсия	22,69	75,23	7,69
	Минимум	20	96	19
	Максимум	37	125	29

Для полученных кластеров был проведен непараметрический анализ по критерию Краскелла-Уоллиса по всему методическо-

му комплексу. В таблице ниже представлены значимые результаты этой проверки.

Таблица 5. Значимые показатели хи-квадрат по критерию Краскелла-Уоллиса для трех кластеров

Показатели	Гнев (опросник Басса-Перри)	Показатель интернет-зависимости по опроснику К. Янг	Частота прокрастинации по «Шкале PASS»	Избегание неудач по «Шкале PASS»	Степень агрессивности вовне (тест Розенцвейга)
Статистика					
Хи-квадрат	8,535	45,792	15,465	10,506	8,380
Степени свободы	2	2	2	2	2
Асимптотическая значимость	,014	,000	,000	,005	,015

Значимые результаты статистической обработки полученных кластеров с помощью критерия Краскелла-Уоллиса были получены для всех методик. Из всех параметров теста Басса-Перри значимым оказался «гнев»: наиболее высокие баллы по этому параметру получены для первого и третьего кластера. Различия было получено для опросника К. Янг: наиболее высокий ранг у третьего кластера. Частота прокрастинации по «Шкале PASS» также значительно различает кластеры: наибольший ранг по данному параметру у третьего кластера. Среди личностных характеристик «прокрастинатора» по «Шкале PASS» значимым оказался параметр «избегание неудач»: самый высокий ранг по этому показателю у третьего кластера. Для теста Розенцвейга сработал показатель «степень агрессивности вовне»: наиболее высокий ранг этого параметра в первом кластере.

Полученные результаты позволяют говорить о различии между кластерами с высокой частотой прокрастинации и интернет-зависимости (дополнительно значимым показателем избегания неудач по «шкале PASS») и кластерами со средними показателями по частоте прокрастинации и интернет-зависимости (дополнительно значимыми параметрами «гнев» и «степень агрессивности, направленной вовне»). Для кластера с низкими показателями интернет-

зависимости и частоты прокрастинации показателем «избегание неудач», «гнев», «степень агрессивности направленной вовне» находятся в средних значениях.

Кроме статистической обработки результатов с помощью корреляции, кластерного анализа и непараметрического критерия Краскелла-Уоллиса, нами совместно с группой психологов и лингвистов был проведен качественный анализ ответов испытуемых на вопросы анкеты «Наиболее предпочтительные варианты времяпрепровождения в сети Интернет». Всего было получено 438 ответов испытуемых обеих групп. В ЭГ 1 – 207 ответов, в ЭГ2 – 231. Все ответы были отнесены к одной из выделенных экспертами категорий: «образование», «социальные сети / общение», «игры», «развлечения», «поиск информации, серфинг», «работа», «онлайн-покупки», «другое». В категорию «другое» попали и те типы ответов, когда испытуемый не понял задание и вместо предпочтительных занятий в сети интернет описывал занятия, кроме времяпрепровождения в Интернете. Ниже представлена таблица 6 с количеством ответов в каждой категории для ЭГ1 и ЭГ2. Количество представлено как в абсолютных, так и в процентных значениях, также в таблице указан ранг категорий ответов. Показатель «другое» в ранжировании не был задействован.

Таблица 6. Ответы по категориям времяпрепровождения в интернете для групп ЭГ1 и ЭГ2

Статистика для групп Ответы	ЭГ1			ЭГ2		
	Абс. значения	%	Ранг	Абс. значения	%	Ранг
Другое	36	17,4%		40	17,3%	
Образование	22	10,6%	3	21	9,1%	4
Социальные сети/общение	29	14%	2	32	13,8%	2
Игры	13	6,2%	5	15	6,5%	5
Развлечения	67	32,5%	1	78	33,9%	1
Поиск информации, серфинг	21	10,1%	4	29	12,5%	3
Работа	11	5,3%	6	7	3%	7
Онлайн-покупки	8	3,9%	7	9	3,9%	6
Общее количество ответов	207	100%		231	100%	

Наиболее частотным для обеих групп является категория «Развлечения». В нее вошли такие варианты ответов: «просмотр видео на ютубе», «чтение онлайн книг», «просмотр сериалов/фильмов», «прослушивание музыки», «просмотр видеоблоггеров». На втором месте по популярности у обеих групп оказалась категория «социальные сети / общение». В нее вошли ответы «общение с друзьями вконтакте», «твиттер», «инстаграм». Третья по популярности категория развела группы по рангу (в ЭГ1 – «образование», в ЭГ2 – «поиск информации, серфинг»). В категорию «образование» вошли следующие занятия: «просмотр обучающих видео уроков», «обучение видеомонтажу» и т. п. В категорию «поиск информации, серфинг», вошли ответы: «чтение статей НАСА», «просмотр новостей». Ранг 4 в ЭГ1 занимает категория «поиск информации, серфинг», а в ЭГ2 «образование». Обе группы на пятом месте расположили категорию «игры» («онлайн-игры», «сапер»).

Ранг 6 для групп снова разошелся, в ЭГ1 это категория «работа» («отвечать на письма по работе»), а в ЭГ2 категория «онлайн-покупки» («совершать покупки в интернет-магазине», «алиэкспресс»).

Статистическая обработка проводилась с помощью критерия Фишера, но не один из результатов не был значимым. Качественный анализ результатов дает основание предполагать, что для ЭГ1 имеет более существенное значение во времяпрепровождении категории «образование» и «работа» (их ранг выше, чем у этих же категорий в ЭГ2), а для ЭГ2 более важными представляются категории «поиск информации, серфинг» и «онлайн-покупки». Категории «развлечения» и «социальные сети/общение» в обеих группах занимают лидирующее положение.

Ниже представлена гистограмма распределения (в процентах) по категориям времяпрепровождения в интернете для групп ЭГ1 и ЭГ2.

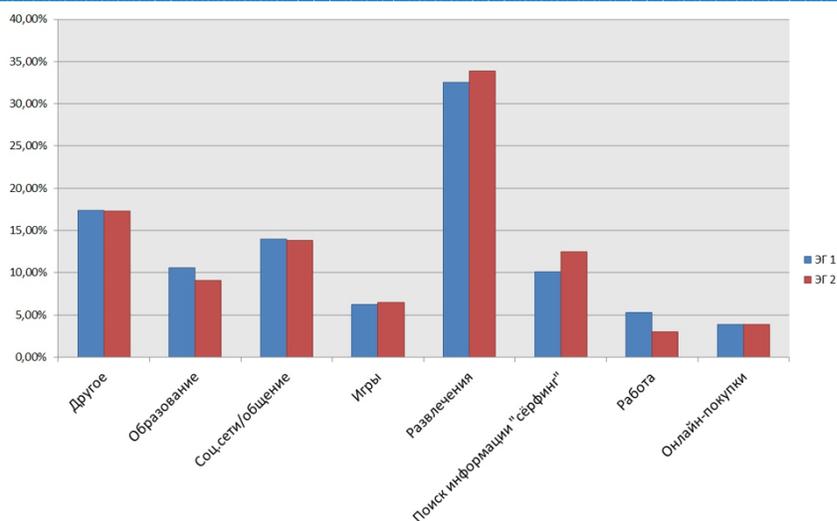


Рисунок 1. Гистограмма распределения по категориям времяпрепровождения в интернете для групп ЭГ1 и ЭГ2

Анализ анкетных данных показал, что у обеих групп на первом месте стоит использование Интернета для развлекательных целей.

Выводы

– Для студентов факультета психологии (ЭГ 2) выявлен набор связей, более чем в два раза превышающий количество связей у студентов факультета звукорежиссуры (ЭГ 1), что указывает на различия структуры прокрастинации у интернет-пользователей разных профессий.

– Высокая частота прокрастинации и интернет-зависимости у исследованных студентов связана с высоким параметром «избегание неудач». При этом, средние показатели прокрастинации и интернет-зависимости оказываются значимо связаны с показателями «гнев» и «степень агрессивности, направленной вовне».

– Наполненность кластеров дает основание предполагать, что студенты гуманитарного направления факультета звукорежиссуры менее склонны к прокрастинации и интернет-зависимости, чем студенты также гуманитарного направления – факультета психологии.

– Несмотря на общее гуманитарное направление образования, можно говорить о разных личностных предпосылках, а также о компетенциях, которые вырабатываются у студентов в процессе образования, в связи с разницей типов профессии по Е. А. Климову.

– Анализ анкетных данных обеих групп на предмет предпочтений времяпрепровождения в интернете не выявил значимой разницы между группами студентов факультета психологии и факультета звукорежиссуры. Обе группы на первом месте ставят использование Интернета для развлекательных целей.

Литература

- Войсункинский, А. Е. (2014) Актуальные проблемы зависимости от Интернета. *Психологический журнал*, том 25, № 1, с. 90–100.
- Зверева, М. В. (2014) Прокрастинация как фактор риска психической дезадаптации студентов. В кн.: Незнанов, Н. Г. (ред.) *Междисциплинарный подход к психическим расстройствам и их лечению: миф или реальность? Всероссийская научно-практическая*

конференция с международным участием. [Электронный ресурс]. СПб.: Альта Астра, CD-ROM, с. 271–272.

Киселева, М. А. (2015) Особенности проявления прокрастинации личности. В кн.: *Роль прокрастинации в процессе самоопределения молодежи: сборник научных статей*. Саратов: Саратовский источник, с. 38–49.

Зверева, М. В. (2018) *Шкала оценки академической прокрастинации PASS (Procrastination assessment scale for students by L. Solomon & E. Rothblum) в адаптации Зверевой М. В. Методические рекомендации*. М.: Сам Полиграфист, 28 с.

Климов, Е. А. (1993) *Развивающийся человек в мире профессий*. Обнинск: Принтер, 57 с.

Лоскутова, В. А. (2014) *Интернет-зависимость как форма нехимических аддиктивных расстройств* : автореф. дис. ... канд. мед. наук, Новосибирск, 23 с.

Солдатова, Г. У., Рассказова, Е. А., Нестик, Т. А. (2018) *Цифровое поколение России: компетентность и безопасность*. М.: Смысл, 375 с.

Tibbett, T. P., Ferrari, J. R. (2014) The portrait of the procrastinator: Risk factors and results of an indecisive personality. *Personality and individual differences*, vol. 82, pp. 175–184.

References

Kiseleva, M. A. (2015) Osobennosti proyavleniya prokrastinatsii lichnosti [Features manifestations of procrastination of personality]. In: *Rol' prokrastinatsii v protsesse samoopredeleniya molodezhi: sbornik nauchnykh statei [The role of procrastination in the process of youth self-determination: a collection of scientific articles]*. Saratov: Saratovskii istochnik, pp. 38–49.

Klimov, E. A. (1993) *Razvivayushchiysya chelovek v mire professii [A developing person in the world of professions]*. Obninsk: Printer, 57 p.

Loskutova, V. A. (2014) *Internet-zavisimost' kak forma nekhimicheskikh addiktivnykh rasstroystv [Internet addiction as a form of non-chemical addictive disorders] : PhD thesis*. Novosibirsk, 23 p.

Soldatova, G. U., Rasskazova, E. A., Nestik, T. A., (2018) *Tsifrovoe pokolenie Rossii: kompetentnost' i bezopasnost' [The digital generation of Russia: competence and security]*. М.: Smysl, 375 p.

Tibbett, T. P., Ferrari J. R. (2014) The portrait of the procrastinator: Risk factors and results of an indecisive personality. *Personality and individual differences*, vol. 82, pp. 175–184.

Voiskounsky, A. E. (2014) Aktual'nye problemy zavisimosti ot Interneta [Actual Problems Of Internet-Addiction]. *Psikhologicheskii zhurnal [Psychological Journal]*, vol. 25, no. 1, pp. 90–100.

Zvereva, M. V. (2018) *Shkala otsenki akademicheskoi prokrastinatsii PASS (Procrastination assessment scale for students by L. Solomon & E. Rothblum) v adaptatsii Zverevoi M. V. Metodicheskie rekomendatsii [Assessment scale of academic procrastination PASS (Procrastination assessment scale for students by L. Solomon & E. Rothblum) in adaptation Zvereva M. V. Methodical recommendations]*. М.: Sam Poligrafist, 28 p.

Zvereva, M. V. (2014) Prokrastinatsiya kak faktor riska psikhicheskoi dezadaptatsii studentov [Procrastination as a factor of mental maladjustment risk students]. In: Neznanov, N. G. (ed.) *Mezhdistsiplinarnyi podkhod k psikhicheskim rasstroistvam i ikh lecheniyu: mif ili real'nost'? Vserossiiskaya nauchno-prakticheskaya konferentsiya s mezhdunarodnym uchastiem [Multidisciplinary Approach to and Treatment of Mental Disorders: Myth or Reality?]* [Online]. SPb.: Al'ta Astra, CD-ROM, pp. 271–272.