

САМООРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ У СТУДЕНТОВ

В современном мире самоорганизация является важным регулятором всей деятельности человека. Самоорганизация деятельности особенно важна для студентов, поскольку в период обучения они вынуждены справляться со всей возрастающей учебной нагрузкой. Кроме того, фактором, который сильно влияет на планирование времени современного человека, является вовлечённость в интернет-среду, а, в ряде случаев, сформированная интернет-зависимость. Для современной учащейся молодёжи вопрос самоорганизации и соотношение планирования своего времени с интернет-досугом очень актуален, поэтому наше исследование посвящено связи самоорганизации и интернет-зависимости у студентов.

Самоорганизация личности изучалась такими авторами, как М. Константиниди (Константиниди М., Тен Р., 2014), Н. Копеина (Копеина Н., 1983), С. Богомаз (Богомаз С., 2011) Е. Мандрикова (Мандрикова Е., 2010); при этом единое определение самоорганизации отсутствует по причине множества различных подходов к рассмотрению этого феномена. Самоорганизацию рассматривают то как тип организаторской деятельности, направленной на себя и осуществляющейся наедине с собой (Богомаз С., 2011); то как осознанную работу человека над собой в целях совершенствования интеллектуальных, эмоциональных и морально-волевых черт характера в деятельности, направленной на разрешение общественно и лично значимых задач (Нос Е., 2009). Е. Мандрикова рассматривает самоорганизацию деятельности как структурирование личного времени, тактическое планирование и стратегическое целеполагание (Мандрикова Е., 2010). В нашем исследовании использовался именно такой подход.

Структура самоорганизации деятельности студентов представляет собой взаимосвязь таких элементов, как цели,

задачи, функции и средства этого процесса. В тесном взаимодействии этих компонентов происходит функционирование системы самоорганизации деятельности.

Для значительного количества студентов интернет является важной частью повседневной жизни. Это обусловлено рядом причин, среди которых выделяют следующие: учебная деятельность, поиск информации, высокая познавательная мотивация, развлечение, недостаток времени, социальная активность, общение и т.д. Студенческая молодежь имеет специфические социальные и психологические черты, наличие которых определяется как возрастными особенностями молодых людей, так и тем, что их социально-экономическое и общественно-политическое положение, духовный мир находятся в состоянии становления, формирования, поэтому они подвержены зависимостям.

К. Янг выделяет 4 симптома зависимости от Интернета:

- 1) навязчивая потребность проверить электронную почту;
- 2) постоянное ожидание последующего выхода в Интернет-пространство;
- 3) жалобы окружающих людей на то, что человек проводит в киберпространстве слишком много времени;
- 4) жалобы окружающих людей на то, что человек тратит излишнее количество денег на Интернет-ресурсы (Янг К., 2013).

Была выдвинута гипотеза о наличии взаимосвязи между самоорганизацией деятельности и интернет-зависимостью студентов.

Методы исследования: теоретический анализ литературы, опросный метод (психологическое тестирование), статистические методы обработки данных (коэффициент ранговой корреляции Спирмена). Методики исследования: «Опросник самоорганизации деятельности» Мандриковой Е. (Мандрикова Е., 2010); «Шкала интернет-зависимости» С. Чена (S.-H. Chen; в адаптации В. Малыгина, К. Феклисова).

Выборка состояла из 50 студентов 1-4 курсов Полоцкого государственного университета. По «Шкале интернет-зависимости» у 7 студентов выявлен высокий уровень самоорганизации деятельности, у 30 – средний уровень, у 13 – низкий уровень самоорганизации деятельности. Средние показатели по шкалам «Опросника самоорганизации

деятельности» у студентов распределилось следующим образом: «Планомерность» (17,32), «Целеустремленность» (31,96), «Настойчивость» (20,98), «Фиксация» (19,48), «Самоорганизация» (7,64) и «Ориентация на настоящее» (8,52).

У 44% испытуемых выявлен минимальный риск к возникновению интернет-зависимого поведения, у 50% выявлена склонность к возникновению интернет-зависимого поведения, 6% показали выраженную интернет-зависимость.

Выявлена взаимосвязь между показателями шкалы «Настойчивость» «Опросника самоорганизации деятельности» Е. Мандриковой и «Общим показателем интернет-зависимости» «Шкалы интернет-зависимости» ($r = -0,31$, $p=0,02$). Шкала «Настойчивость» измеряет склонность субъекта к приложению волевых усилий для завершения начатого дела и упорядочения активности. Следовательно, у испытуемых с низким показателем настойчивости, повышается склонность к интернет-зависимому поведению. К примеру, студенты, которые меньше проявляют настойчивость в решении учебных (и любых других жизненных) задач, более интернет-зависимы, чем тем, которые более настойчивы. И наоборот, чем менее интернет-зависимы студенты, тем больше они проявляют настойчивость. Гипотеза нашего исследования подтвердилась частично.

Полученные нами данные хорошо соотносятся с данными исследователя интернет-зависимости Н. Хомерики на другой выборке (Хомерики Н., 2015). Исследователь делает вывод, что при увеличении степени интернет-зависимости происходит снижение показателя силы воли и настойчивости, и для студентов с высоким уровнем интернет-зависимости характерен низкий уровень силы воли и настойчивости.

Снижение способности к самоорганизации деятельности у интернет-зависимых студентов сопряжено с неумением сдерживать свои чувства, проявляется в необдуманных действиях, в неумении владеть собой и заставлять себя выполнять задуманное действие и свидетельствует о нарушении способности преодолевать трудности на пути к цели в реальной жизни. Это способствует прогрессированию зависимости от Интернета за счет возможности переноса цели из реальной жизни в виртуальную.