

Прокрастинация как личностная особенность обучающихся

Рогулина Полина Александровна

Студент (бакалавр)

Мордовский государственный педагогический университет им. М. Е. Евсевьева, Саранск,
Россия

E-mail: rogulina_70@mail.ru

Аннотация. Представлены полученные данные в ходе литературного анализа различных подходов в области изучения прокрастинации как личностной особенности обучающихся. Обозначено понятие «Прокрастинация». Описаны выводы по результатам эмпирического исследования феномена прокрастинации обучающихся школьного и студенческого возраста. Материалы могут быть интересны педагогам, психологам и другим сотрудникам образовательных учреждений.

Ключевые слова. Школьники, студенты, прокрастинация.

Часто у людей нет времени делать то, что им нужно сдать в установленный срок. Они откладывают намеченные дела «на потом». Это явление называется «прокрастинация». Данный феномен стал очень распространен среди обучающихся.

В психологии термин «прокрастинация» раскрывается, как желание человека отложить важные и мелкие задачи на ближайшее время, отказываться от выполнения ранее согласованных обязательств, часто опаздывать и не решать свои проблемы в нужный момент.

Ученые-психологи (Р. А. Баранова [1], Я. И. Варваричева [2], Е. П. Ильин [3], Н. Н. Карловская [1] и др.) говорят, что это состояние работает как механизм преодоления чувства тревоги, когда человек беспокоится, что не сможет выполнить данную работу или переживает, что не справится с этим.

До сих пор идут научные уточнения компонентов и механизма прокрастинации. Так, Н. Н. Карловская понимала прокрастинацию как психологически сложное явление, состоящее из поведенческих, эмоциональных и когнитивных компонентов, тесно связанных с мотивационной сферой личности [1]. Е. П. Ильин писал о связи этого психологического феномена с ленью [3]. И. И. Варваричева определяет прокрастинацию как сознательное откладывание действий и признаёт сознательность одним из главных свойств прокрастинации [2].

С целью изучения прокрастинации, проведено эмпирическое исследование на базе Нововоспасской средней школе № 2 Ульяновской области. В нем участвовало 30 обучающихся 10-го класса и 30 студентов Мордовского государственного педагогического университета имени М. Е. Евсевьева. Главный метод исследования был опрос с помощью «Шкалы общей прокрастинации» (Б. Тукмана). Результаты по диагностической методике представлены в рисунках 1 и 2.

В ходе анализа полученных эмпирических данных и их обработки (рисунок 1) с помощью процентов по уровням выделения прокрастинации можно сделать вывод о том, что половина школьников (50%) имеют низкий уровень прокрастинации, 33% — средний уровень, пятая часть (17%) — высокий уровень прокрастинации. Данные результаты показывают, что прокрастинация как личностная особенность обучающихся свойственна каждому пятому обучающемуся в школе.

Рассмотрим результаты, полученные после применения опроса студентов (рисунок 2). Треть (37%) опрошенных имеют низкий и средний уровень прокрастинации, а остальная часть (26%) показали высокий уровень прокрастинации. Эти данные показывают, что у

обучающихся студенческого возраста чаще встречается феномен прокрастинации, чем у обучающихся школы.

Источники и литература

- 1) Баранова, Р. А. Взаимосвязь прокрастинации и параметров ответственности у студентов с разной академической успеваемостью / Р. А. Баранова, Н. Н. Карловская. – Текст : непосредственный // Активность и ответственность личности в контекст жизнедеятельности: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, 9–10 октября 2008 г. – Омск, 2008. – С. 17-21.
- 2) Варваричева, Я. И. Феномен прокрастинации: проблемы и перспективы исследования / Я. И. Варваричева. – Текст : непосредственный // Вопросы психологии. – 2010. – № 3. – С. 121–131.
- 3) Ильин, Е. П. Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2011. – С. 174-177.

Иллюстрации

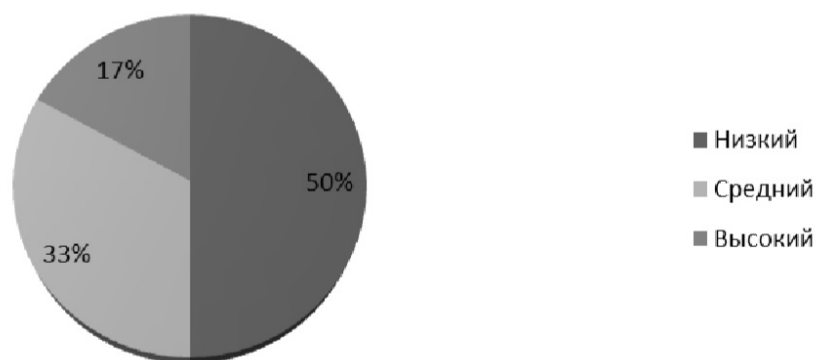


Рис. : 1. Уровни прокрастинации обучающихся школьников по методике «Шкала общей прокрастинации» Б. Тукмана

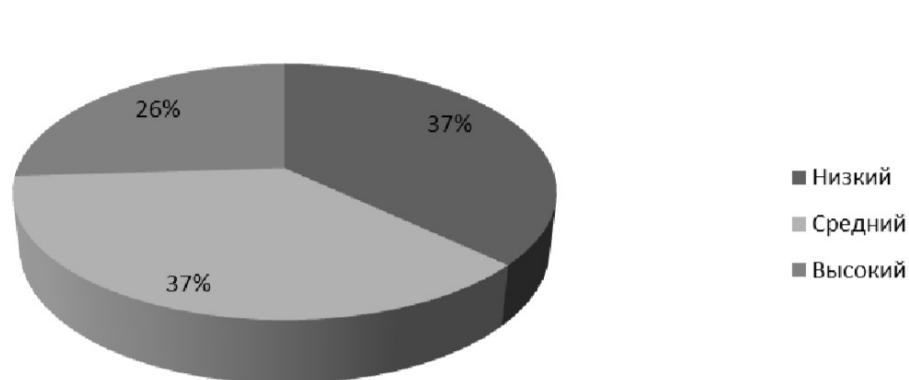


Рис. : 2. Уровни прокрастинации обучающихся студентов по методике Б. Тукмана «Шкала общей прокрастинации»