

ВЗАИМОСВЯЗЬ УРОВНЯ СУБЪЕКТИВНОГО КОНТРОЛЯ И СКЛОННОСТИ К ПРОКРАСТИНАЦИИ У СТУДЕНТОВ

Научный руководитель – Берберян Ася Суреновна

Сафарян Элина Ашотовна

Студент (бакалавр)

Российско-Армянский (Славянский) университет, Институт гуманитарных наук,
Кафедра психологии, Ереван, Армения

E-mail: elina.safaryan.05@inbox.ru

Актуальность темы обусловлена распространённостью прокрастинации среди студентов, что затрудняет реализацию их учебного потенциала, снижает успеваемость и влияет на формирование навыков саморегуляции и профессионально важных качеств. В условиях возрастающих учебных требований, необходимости самостоятельной организации времени и высокой информационной нагрузки прокрастинация становится серьёзным препятствием для эффективного обучения. Изучение связи прокрастинации с уровнем субъективного контроля позволяет глубже понять особенности ответственности, мотивации и поведения студентов в современных образовательных условиях[3]. Данный вопрос, представляющий значительный интерес для современной образовательной психологии. Мы провели теоретический анализ на основе положений, разработанных Дж. Роттером, согласно которым субъективный контроль - это личностная характеристика, отражающая склонность индивида приписывать ответственность за происходящие с ним события собственным действиям или внешним обстоятельствам[1], а также анализируются подходы к изучению прокрастинации, представленные в исследованиях Е. А. Климова, Д. Перри и Н. Милграма, где феномен рассматривается как устойчивая склонность к систематическому откладыванию значимых задач[5]. Эти концепции позволяют рассматривать уровень субъективного контроля и прокрастинацию, как взаимосвязанные психологические характеристики уровня субъективного контроля.

Гипотеза: предполагается, что существует взаимосвязь между уровнями субъективного

контроля и некоторыми факторами, влияющими на прокрастинацию у студентов

Цель исследования: выявить взаимосвязь уровня субъективного контроля и склонности к прокрастинации у студентов.

Методы исследования: Анкетирование и тестирование, в том числе авторская анкета.

Методики исследования: Шкала оценки академической прокрастинации PASS, методика УСК (уровень субъективного контроля) Е. Ф. Бажина, Е. А. Голынкина.

Выборка исследования включала 30 студентов в возрасте от 18 до 24 лет. В неё вошли представители двух национальностей - русские и армяне (по 15 человек). Участники различались по полу (12 мужчин и 18 женщин) и обучались в разных вузах на различных направлениях подготовки.

Результаты исследования. При анализе нашей первой методики, разделяем полученные шкалы на 3 основные части: На основе данных первой части опросника, можно отметить, что показатель «Частота прокрастинации» выступает как относительно независимая шкала (19,9) что значительно превышает остальные значения и отражает выраженную склонность откладывать задачи. Во второй части нашего исследования, можно выделить данные значения: Вызов - 3,4, лень -3,2. плохой перфекционизм - 3,1, социальная

тревожность -3,1. Переходя к третьей части, можно выделить данные значения: Избегание неудач - 3,7,самоконтроль -3,7,импульсивность -3,4, организованность -3,2.

Рассматривая результаты второй методики, мы можем заметить, что некоторые показатели значительно выделяются на фоне остальных.К наиболее высоким относятся интернальность в области достижений - 6,3 и интернальность в области межличностных отношений -6,2.Переходя к средним значениям, можно отметить: общая интернальность -5,4,интернальность в области неудач =5,6, интернальность в семейных отношениях - 5,6,интернальность в отношении здоровья - 5,8.На фоне этих данных особо выделяется низкое значение -интернальность в области производственных отношений - 4,5.

Корреляционный анализ. Коэффициент корреляции между субъективным контролем и склонности к прокрастинации личности равняется 0,7, что показывает среднюю умеренную корреляцию. Наша гипотеза о существовании взаимосвязи между уровнем субъективного контроля и склонностью к прокрастинации у студентов подтвердилась. Высокая интернальность в достижениях и межличностных отношениях отражает ответственность за результаты своей деятельности и снижает откладывание задач, тогда как умеренные показатели самоконтроля и низкая интернальность в профессиональной сфере показывают влияние внешних обстоятельств.

Выводы.1. Теоретический анализ показал, что прокрастинация у студентов формируется под влиянием когнитивных, эмоциональных и социальных факторов, включая низкую мотивацию, недостаток навыков планирования, особенности учебных заданий и внешние отвлекающие факторы.

2.Эмпирическое исследование подтвердило гипотезу о существовании взаимосвязи между уровнем субъективного контроля и склонностью к прокрастинации у студентов. Понимание этой взаимосвязи позволяет разрабатывать стратегии, направленные на повышение личной ответственности, улучшение саморегуляции и повышение эффективности учебной деятельности.

Источники и литература

- 1) 1. Локус контроля - более полувека исследований: монография / под ред. Г. Ксенофонтовой. - Москва: Проспект, 2021. — 112 с. ISBN 978-5-392-34154-2
- 2) 2. Майерс Д. Социальная психология [Текст]: учебник/ пер. с англ. - СПб.: Питер Ком, 1998. - 688 с.: ил.
- 3) 3. Френкин Р. Мотивация поведения [Текст]: биологические, когнитивные и социальные аспекты. - СПб.: Питер, 2003. - 651 с.: ил.
- 4) 4. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания — СПб.: Питер, 2001. — 288 с. — (Серия «Мастера психологии») ISBN 5-272-00315-2
- 5) 5. Варваричева Я. И. Феномен прокрастинации: проблемы и перспективы исследования // Вопросы психологии. – 2010. – № 3. – С. 121–131.