

ОБЩЕСТВО. ИСТОРИЯ. ФИЛОСОФИЯ. ФУНДАМЕНТАЛЬНАЯ И ПРИКЛАДНАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА

УДК 159.99

П. В. Андрущенко

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи, Республика Беларусь

ХАРАКТЕРИСТИКИ АКАДЕМИЧЕСКОЙ ПРОКРАСТИНАЦИИ СОВРЕМЕННЫХ СТУДЕНТОВ

Введение. В современном мире ускоренная информатизация общества, с сопутствующей ей психологической нагрузкой, может приводить к неэффективному распределению времени. В связи с этим актуализируется проблема тайм менеджмента, включая планирование и рациональное использование личностных и психофизиологических ресурсов. Неспособность эффективно решить эту задачу обуславливает обращение человека к своеобразному механизму защиты в форме прокрастинации или откладывания дел на потом.

Основная часть. Прокрастинация — сознательное откладывание дел, приводящее к отрицательным последствиям и сопровождающееся внутренним дискомфортом и негативными эмоциональными переживаниями [1].

Феномен прокрастинации связывают со сбоями в осуществлении различных этапов волевого действия: отсутствие субъективной значимости целей учебной деятельности, расщепление побуждающей и смыслообразующей функциями мотивов деятельности, негативной оценкой своих возможностей в достижении целей, трудностями в принятии решений и инициации собственной активности.

Одна из первых классификаций типов прокрастинации была предложена Н. Милграмом, Дж. Батории и Д. Моурером [2], выделившие 5 основных её типов:

- 1) ежедневная или бытовая прокрастинация, связанная с откладыванием повседневных дел, которые должны выполняться регулярно;
- 2) прокрастинация в принятии решений — невозможность принятия в установленные сроки каких-либо решений, в том числе и незначительных;
- 3) невротическая прокрастинация связана с откладыванием жизненно важных решений (создание семьи, выбор сферы деятельности и т. д.);
- 4) компульсивная прокрастинация проявляется как хроническое промедление в любой деятельности. В ней сочетаются поведенческая прокрастинация и прокрастинация в принятии решений;
- 5) академическая — проявляется в откладывании во времени выполнения учебных заданий, проектов, подготовки к экзаменам и т. д.

К важнейшим факторам, определяющим успешность учебной деятельности студентов вуза, можно отнести академическую прокрастинацию.

Согласно А. В. Микляевой, С. А. Безгодовой, С. В. Васильевой, учитывая высокую распространённость академической прокрастинации в студенческой среде, можно предполагать, что её различные проявления являются довольно устойчивыми характеристиками стиля учебной деятельности на этапе обучения в вузе [3]. По данным В. С. Ковылина, от 46 % до 95 % студентов являются прокрастинаторами [4].

Исследования на белорусской выборке отражают распространённость прокрастинации среди студентов, хотя и в меньшей степени [5].

Академическая прокрастинация сопряжена с многочисленными негативными психологическими, социальными и академическими последствиями, предполагает задержку выполнения учебных задач (например, курсовых работ) и связана с несформированностью учебных навыков, неорганизованностью, забывчивостью и общей поведенческой ригидностью. Она приводит к снижению успеваемости, повышению уровня тревожности, к образованию комплекса неполноценности и, как результат, — к отказу от дальнейшего обучения, может также подтолкнуть студентов к нечестным методам сдачи экзаменов и получения высоких оценок [6].

В связи с этим, представляется немаловажным исследование возможных причин и психологических коррелятов академической прокрастинации с целью оптимизации образовательного процесса, выявления «группы риска» и организации учебно-воспитательной и психологической работы со студентами, имеющими трудности в обучении.

Исследование было проведено на базе учреждения образования «Барановичский государственный университет», выборку составили юноши и девушки в возрасте от 19 до 22 лет в количестве 100 человек.

По результатам применения методики «Опросник для изучения склонности личности к прокрастинации О. А. Ширвари» было установлено, что для большинства студентов характерен средний уровень общей прокрастинации (60 %). Это свидетельствует о выраженности прокрастинации в большинстве сфер жизнедеятельности. В целом говорит о зависимости деятельности личности от наличия интереса и внешней мотивации. Высокий уровень общей прокрастинации диагностирован у 23 % респондентов. Им свойственно откладывать всё важное «на потом», могут просто отказаться от запланированного, либо пытаются сделать всё отложенное за короткий промежуток времени перед дедлайном. В результате дела не выполняются или выполняются некачественно, с опозданием и не в полном объеме, что приводит к соответствующим отрицательным эффектам в виде неприятностей по учёбе. У 17 % опрошенных выявлен низкий уровень прокрастинации.

«Шкала академической прокрастинации для студентов С. Лэй» показала, что для 14 % испытуемых характерен высокий уровень академической прокрастинации. Это означает, что прокрастинация является для них нормальным рабочим состоянием, в котором они проводят большую часть времени. Она проявляется в откладывании выполнения учебных заданий на протяжении долгого времени и выполнении всего в последние сроки. У 82 % студентов академическая прокрастинация выражена в средней степени, что говорит о том, что они так же любят откладывать выполнение учебных заданий до последнего момента, но так бывает не всегда. Ситуативная тревожность может становиться триггером академической прокрастинации. Тревожные перфекционисты проявляют позицию прокрастинатора, заключающуюся в идее о том, что, если работа не может быть выполнена идеально, то лучшим выходом будет невыполнение этой работы. Низкий уровень академической прокрастинации характерен для 4 % студентов. Им не присуще избегающее поведение в ситуациях, типичных для учебной деятельности.

Таким образом, общая и академическая прокрастинация выражены у большинства студентов, что является показателем присущего им избегающего поведения в ситуациях, типичных для учебной деятельности.

Заключение. Прокрастинация, в частности академическая, на сегодняшний день является частым механизмом избегания выполнения актуальных учебных задач у студентов. В связи с высокой распространенностью феномена академической прокрастинации в студенческой среде необходим комплекс профилактических мероприятий по снижению её уровня. Профилактика академической прокрастинации должна включать формирование представлений о проблеме, её предикторах, детерминантах и последствиях, психологическое тестирование студентов из группы риска, групповую и индивидуальную работу в форме тренингов, индивидуальных и групповых заданий, дискуссий, полевых игр, упражнений.

Список цитируемых источников

1. Калинина, Т. В. Феномен прокрастинации: современные исследования / Т. В. Калинина, Д. А. Кудачкин // Приволж. науч. вестн. — 2016. — № 11 (63). — С. 58—61.
2. Milgram, N. A. Correlates of academic procrastination / N. A. Milgram, G. Batori, D. Mowrer // J. of School Psychology. — 1993. — № 31. — P. 487—500.
3. Академическая прокрастинация в структуре стилевых особенностей учебной деятельности студентов / А. В. Микляева [и др.] // Психолог. наука и образование. — 2018. — Т. 23, № 4. — С. 61—69.
4. Ковылин, В. С. Теоретические основы изучения феномена прокрастинации / В. С. Ковылин // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. — 2013. — № 2. — С. 22—41.
5. Яценко, Т. Е. Склонность к прокрастинации у студентов в период кризиса профессионального развития / Т. Е. Яценко, Я. С. Вольнич // Актуальные проблемы совершенствования высшего образования : материалы XIII науч.-метод. конф. с междунар. участием ; Ярослав. гос. ун-т им. П. Г. Демидова. — Ярославль, 2018. — С. 581—583.
6. Юдеева, Т. Ю. Перфекционизм как личностный фактор депрессивных и тревожных расстройств : автореф. ... дисс. канд. психол. наук / Т. Ю. Юдеева. — Москва, 2007. — 23 с.

УДК 37.013.42

Д. Д. Воробьёва

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи, Республика Беларусь

СТАТУС «СОП»: ПОМОЩЬ СЕМЬЕ ИЛИ НАКАЗАНИЕ?

Введение. Семья, находящаяся в социально опасном положении (далее — СОП) — это семья, имеющая детей, где родители или законные представители несовершеннолетних не исполняют обязанности по их воспитанию, обучению и (или) содержанию и (или) отрицательно влияют на их поведение, либо жестоко обращаются с ними. В начале каждого учебного года, как правило, классный руководитель либо воспитатель группы дошкольного учреждения посещает семьи своих подопечных для изучения условий жизни и воспитания каждого из них. Иногда посещать семьи могут комиссией: классный руководитель либо воспитатель группы дошкольного учреждения, социальный педагог, педагог-психолог, участковый инспектор. Особое