

НАУЧНАЯ ДИСКУССИЯ

УДК 159.9

Гончарова С.С., Гвоздь Ю.М.

**АКАДЕМИЧЕСКАЯ ПРОКРАСТИНАЦИЯ У
СТУДЕНТОВ РАЗНЫХ КУРСОВ**

*Белорусский государственный педагогический университет
им. М. Танка*

Аннотация: В статье рассматривается проблема академической прокрастинации. В качестве теоретического основания исследования выступила теория К. Лэй. Доказываются предположения о том, что у студентов старших курсов уровень прокрастинации ниже, чем у студентов младших курсов; в стрессовых ситуациях у студентов с высоким уровнем прокрастинации преобладает копинг-стратегия «бегство-избегание».

Ключевые слова: прокрастинация, академическая прокрастинация, копинг поведение.

UDC 159.9

Goncharova S.S., Gvozd Y.M.

**ACADEMIC PROCRASTINATION AMONG STUDENTS OF DIFFERENT
YEARS OF STUDY**

Belarusian State Pedagogical University

Abstract: The article covers the problem of academic procrastination. As a theoretical basis of research made the theory of K.Lei. We prove the assumption that senior students procrastination level lower than that of undergraduate students; in stressful situations in students with high levels of procrastination prevails coping strategy "escape-avoidance".

Key words: procrastination, academic procrastination, coping behavior.

Прокрастинация является одним из существенных факторов, порождающих трудности в обучении. Как и любая деятельность, учебная деятельность является процессом, протяженным во времени, где время является не только важнейшим, но и невозполнимым ресурсом. Студенты в учебном процессе часто сталкиваются с нарушением интеграции объективных (заданных учебными планами) и субъективных (личностных оценок интервалов времени) временных отношений в выполнении учебных задач,

которые на уровне поведения проявляются в откладывании до последнего решения актуальных учебных задач. Такое поведение определяется термином *академическая прокрастинация*. Неадекватность соотношения объективного и субъективного времени всегда влияет на специфику реализации деятельности, в том числе и на ее качество и эффективность. Также прокрастинацию среди студентов можно объяснить растущими требованиями, предъявляемыми к ним в рамках академической подготовки в ВУЗе.

Академическая прокрастинация рассматривается К. Лэй как форма ситуационной прокрастинации, которая широко распространена среди студенческой среды в виде откладывания выполнения заданий по учебе и является неадекватным поведением, влекущим за собой психологический дистресс со множеством негативно окрашенных последствий (возрастающая тревога, чувство вины, низкая успеваемость и пр.)[1].

С целью изучения академической прокрастинации были опрошены студенты психологического факультета разных курсов БГПУ (1, 3, 4 и 5 курс) – 71 человек. Использовалась «Шкала академической прокрастинации» (TSPS) Б.Такмена, а также авторская «Анкета прокрастинации», позволяющая изучить субъективную оценку уровня академической прокрастинации. Шкала TSPS была разработана специально для выявления данной тенденции у студентов при решении задач вузовской подготовки, выявляет общий индекс академической прокрастинации исходя из способности студентов к саморегуляции или контролю за выполнением задачи [2]. Б.Такман при разработке своей шкалы академической прокрастинации основывался на теоретических положениях К.Лэй. Копинг-поведение изучалось нами при помощи опросника способов совладания (WCQ) Р. Лазаруса и С.Фолкман в адаптации Т.Л. Крюковой и Е.В.Куфтяк.

Мы предположили, что у студентов старших курсов уровень прокрастинации выше, чем у студентов младших курсов; у студентов с высоким уровнем прокрастинации преобладает копинг-стратегия «бегство-избегание». Студенты младших курсов – недавние школьники, специфика учебной деятельности в школе определяется большим текущим контролем над ее результатами со стороны учителей (опросы, контрольные, самостоятельные работы, тесты, выполнение домашних заданий и их проверка и др.). Обучение же в ВУЗе нацелено на большую самостоятельность и меньший контроль над текущими результатами учебной деятельности извне, что может способствовать большему «откладыванию решения академических задач на потом».

Результаты исследования показали, что среди студентов преобладает средний показатель прокрастинации (47%), свидетельствующий об умеренной тенденции откладывания дел на потом, они не испытывают каких-либо затруднений в принятии важных решений либо в выполнении поставленных задач. Эта группа студентов непринужденно может регулировать степень собственной ответственности и внутренней свободы даже при откладывании дел на более поздний срок. Высокий уровень академической прокрастинации

зафиксирован у 26,5% респондентов, для которых составляет сложность выполнить намеченное в срок, что сопровождается сильными эмоциональными потерями в виде перманентного чувства вины и стыда за собственное бездействие и безответственность. Нередко они настолько затягивают с выполнением намеченного, что это несет серьезные последствия: вплоть до лишения стипендии или же исключения из ВУЗа. Низкий уровень представлен у 26,5% респондентов, что может свидетельствовать о высокой организованности таких студентов и склонности планомерно и неторопливо идти к поставленной цели.

Студентам было предложено ответить на такие вопросы как: «Как Вы объясняете себе это явление, если не делаете что-то важное к сроку?», «Как Вы объясняете другим нарушение сроков выполнения какого-либо дела, непредоставления чего-то вовремя? Например...» и «Почему, как Вы думаете, Вы это делаете?». Чаще всего студенты объясняют откладывание дел на более поздний срок ленью, усталостью, нехваткой времени, безответственностью, несобранностью, неинтересностью заданий, наличием более важных дел, ссылкой на внешние обстоятельства, нехваткой контроля «со стороны», отсутствием мотивации, ссылкой на эмоциональную ненастроенность («У меня депрессия», «Я болел(а) и пр.»).

Большое количество респондентов отмечают зарождение данной проблемы еще в детстве, что может говорить о том, что академическая прокрастинация имеет место быть не только в период обучения в вузе, но и может зарождаться раньше, еще при получении среднего образования. Многие называют непосредственно время поступления в ВУЗ, что может объясняться приобретением новой социальной роли «студент», предполагающей наличие умения самостоятельно принимать решения и планировать свою деятельность, к чему многие молодые люди еще не готовы в связи с переживанием важности нового жизненного периода, студенчества, и адаптацией к новой социальной среде. Важно отметить, что последний из периодов, как правило, указывали третьекурсники или будущие выпускники; студенты же первого курса говорили о прибегании к такому поведению еще в детстве.

Результаты исследования показали, что к завершению сроков обучения наблюдается незначительная тенденция к уменьшению откладывания дел на более поздний срок ($X=46,8$ и $X=44,0$), следовательно, наше предположение не подтвердилось. Система университетской подготовки включает в себя систематическое выполнение большого объема самостоятельно управляемых работ, индивидуальной подготовки обучающихся к занятиям, написание рефератов и курсовых работ, когда студенты вынуждены большее количество времени посвящать учебе, заучивать сложный и во многом однообразный материал, самостоятельно планировать свою деятельность и рассчитывать оптимальные сроки для сдачи готовых результатов деятельности вовремя. Именно такая особенность подготовки в вузе может влиять на то, что студенты становятся чуть более организованными и ответственными.

Мы выделили три основные группы студентов в зависимости от их уровня академической прокрастинации. К первой группе относятся студенты с высоким уровнем, в большей степени склонные к незавершению намеченного в срок. Ко второй группе относятся студенты со средним уровнем, где молодые люди прилагают усилия по созданию положительного значения поставленной цели, фокусируются на росте собственной личности. К третьей группе относятся студенты с низким уровнем, которыми признается собственная роль в выполнении задачи с сопутствующей темой попыток ее завершения.

Нами был проведен анализ академической успеваемости студентов-психологов с целью выявления связи между успеваемостью и академической прокрастинацией. Результаты анализа позволили сделать вывод о том, что академическая успеваемость не является фактором для наличия тенденции к откладыванию или невозможности начать и/или завершить выполнение заданного в срок. Прокрастинаторы могут иметь достаточно высокие результаты по учебным дисциплинам. Так и наоборот – слабоуспевающие студенты могут не быть подвержены откладыванию дел на более поздний срок.

Наиболее представленной стратегией преодоления сложных ситуаций у студентов-психологов является «положительная переоценка», менее представленной – «принятие ответственности». Так, студенты предпочитают предпринимать усилия по созданию положительного смысла ситуации, концентрируются на личностном росте, но не хотят признавать свою роль в проблеме с сопутствующей темой ее решения.

Что касается выбираемых копинг-стратегий в зависимости от различной выраженности прокрастинации, то результаты полученного исследования показывают, что у студентов с высоким и средним уровнем прокрастинации стратегии совладающего поведения во многом идентичны. Наиболее всего они отличаются по стратегии «бегство-избегание» ($p=0,03$).

Выводы по результатам исследования:

1. У студентов разных курсов преобладает средний показатель академической прокрастинации. Они организуют так свой учебный процесс, что, с одной стороны, самостоятельно контролируют выполнение намеченных заданий в срок и, с другой – несут за это полную ответственность.

2. Вне зависимости от этапа обучения в ВУЗе (курса) студенты подвержены откладыванию выполнения учебных задач на более поздний срок. На уровне тенденции наблюдается незначимая динамика в сторону снижения академической прокрастинации к пятому курсу.

3. Не выявлена статистически значимая разница между уровнем академической прокрастинации и академической успеваемостью. Студенты, имеющие сложности с начинанием или завершением учебной задачи, могут иметь достаточно высокие результаты по учебным дисциплинам. Так и

наоборот – слабоуспевающие студенты могут быть не подвержены прокрастинации.

4. Выделены три основные группы студентов в зависимости от тенденции к академической прокрастинации: группа с высоким уровнем, где студенты в большей степени склонны к незавершению намеченного в срок; группа со средним уровнем, где молодые люди прилагают усилия по созданию положительного значения поставленной цели, фокусируются на росте собственной личности; группа с низким уровнем, где признается собственная роль в выполнении задачи с сопутствующей темой попыток ее завершения. Студенты первых двух групп предпочитают схожую иерархию копингов, Наиболее всего они отличаются по стратегии «бегство-избегание». Студенты с высоким уровнем прокрастинации чаще используют стратегию «бегство-избегание» при совладании со стрессом и реже принятие ответственности за решение проблем. Молодые люди с низким уровнем прокрастинации предпочитают совершенно другие стратегии: «дистанцирование» и «самоконтроль». По показателям же «поиск социальной поддержки», «планирование решения проблемы» и «положительная переоценка» группы наиболее приближены друг к другу.

Список литературы

1. Lee D.-G. A cluster analysis of procrastination and coping. Unpublished doctoral thesis. University of Missouri, Columbia. – 2003.
2. Tuckman B.W. The development and concurrent validity of the Procrastination Scale / B.Tuckman // *Educ. and Psychol. Measur.* 1991. – V. 51. – P. 473-480.
3. Ferrari J. R. Procrastination as revenge: Do people report using delays as a strategy for vengeance? / J.R.Ferrari // *Personality and Individual Differences.* – 1994. – №17. – P. 539-544.
4. Мохова С.В., Психологические корреляты общей и академической прокрастинации у студентов // *Вопросы психологии.* – 2013. – №1. – С. 24-35.

© Гончарова С.С., Гвоздь Ю.М., 2017

НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ
ЖУРНАЛ

«УСТОЙЧИВОЕ РАЗВИТИЕ НАУКИ И
ОБРАЗОВАНИЯ»

2017

№ 8 (12)

Воронеж 2017

«Устойчивое развитие науки и образования»

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Турдалы А.Н., Абдыров Т.Ш.

Космические технологии в инновационном развитии
сельского хозяйства..... 151

**ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И УПРАВЛЕНИЕ В ТЕХНИЧЕСКИХ
СИСТЕМАХ**

Майер Р.В.

Компьютерное моделирование движения частиц в электрическом
и магнитном полях..... 157

Сафин И.Р., Стрельцов В.А.

Исследование современной криптографии в быту и в профессии.... 162

**ОХРАНА ПРИРОДЫ И ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА: НОВЫЕ РЕШЕНИЯ В
МЕДИЦИНЕ, БИОЛОГИИ И ЭКОЛОГИИ**

Бурякова М.А., Молева А.В.

Влияние рационов кормления на возникновение уролитиаза у
кошек..... 166

Пумпур А.С.

Роль оценки показателей общего анализа крови,
биохимического анализа крови и гемостезиограммы у пациентов
с колоректальным раком..... 173

НАУЧНАЯ ДИСКУССИЯ

Гончарова С.С., Гвоздь Ю.М.

Академическая прокрастинация у студентов разных курсов..... 179

Резник Н.А.

Фактологическая модель анализа потока научных статей на основе
elibrary и ринц..... 184



УСТОЙЧИВОЕ
РАЗВИТИЕ
НАУКИ И
ОБРАЗОВАНИЯ

№ 8, 2017

РЕПОЗИТОРИЙ БГУ