

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОКРАСТИНАЦІЇ У СТУДЕНТСЬКОМУ ВІЦІ

Сівакова М. О.

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка

vikamirz710@gmail.com

Сучасне суспільство вимагає від особистості не лише пошуку шляхів накопичення досвіду, але й розвитку можливостей прогнозування майбутнього. Однак особистість часто відчуває необхідність відтермінування, відкладання деяких справ, що може призводити до неефективності у їх виконанні або навіть неуспішності, що, у свою чергу, змінює шляхи побудови нею власного майбутнього. Тому актуальним на сьогоднішній день є дослідження того, як, зволікаючи із виконанням необхідних завдань, особистість все ж планує, конструює власне майбутнє.

Говорячи про практики прокрастинації тобто відтермінування, ми наголошуємо на їх можливостях охопити широкий спектр дій, пов'язаних із прийняттям рішень, униканням запланованого, обмеженості у часі, і, пов'язуючи їх з конструктивістською природою людини, підкреслюємо перспективи трактування не лише того, що вже відбулося, а й того, що тільки готується, передчувається, планується [2, с.72].

Конструювання особистістю власного майбутнього у контексті прокрастинації (відтермінування) є майже нерозробленою проблемою, однак її актуальність відкриває широкий простір досліджень для сучасної соціальної психології, що підкреслюється необхідністю розробки та впровадження теоретико-методологічного та емпіричного матеріалу для розуміння та оптимізації життя у сьогоденному трансформаційному середовищі.

Мета дослідження полягає у вивченні психологічних особливостей прокрастинації у студентському віці.

Емпіричне дослідження здійснювалося за допомогою методу *проективного малюнку «Я – відповідальний і Я з тих, хто відкладає все на потім»* за принципом методики «Малюнок типового представника» О. Богданової – для вияву характеристик провідних станів та формулювання відповідних способів практикування відтермінування; *тесту-опитувальника «Мотивація успіху та невдачі» А. Реана* – для пояснення полюсу мотивації у фінальному розкритті композиції типів відтермінувально-футурологічних практик; *«Шкали загальної прокрастинації» К. Лей в адаптації Т. Юдєєвої* – для кількісної оцінки

рівня схильності досліджуваних до відтермінування власних завдань; *«Семантичний диференціалу часу» Л. Вассермана* – для вияву аспектів активності, емоційності, величини, структури, відчутності усвідомлюваних та малоусвідомлюваних ставлень особистості до власних завдань на майбутнє; а також *методу мотиваційної індукції Ж. Нюттена «Незавершені речення»* – для аналізу часового індексу завдань, поставлених на майбутнє. Опрацювання кількісних даних здійснювалося з використанням методів первинної та вторинної статистичної обробки: визначення середніх, стандартизації, кореляційного, факторного аналізу, непараметричного порівняння показників за U-критерієм Манна-Уїтні.

В емпіричному дослідженні взяли участь 99 респондентів, з них 38 юнаків та 61 дівчина віком від 20 до 25 років – студенти останніх курсів (3-х – 4-х) денної форми навчання.

За результатами емпіричного дослідження з'ясовано наступне: усіх юнаків, які схильні до прокрастинації можна розподілити на активних (використовують відтермінування як прийнятний спосіб дій), пасивних (відчують дискомфорт через власні прокрастинаційні дії) та антипрокрастинаторів (вважають практики зволікання вкрай негативним проявом).

Ключовими причинами відтермінування є: недооцінка готовності до виконання завдання (оцінка завдань як складних, тривалих, неважливих, особистісна нестабільність, необхідність підтримки або контролю, недооцінка часу та власних ресурсів на виконання справи), страх відповідальності (уникнення важливих, складних, незнайомих завдань, що супроводжується пошуком специфічного стану для їх виконання), знижений рівень зацікавленості (загальна незацікавленість в успіху власних справ), орієнтація на соціальну винагороду (повстання проти небажаних умов спілкування) та педантичні схильності особистості (особистісна нерішучість, неквапливість, розміреність) [1, с. 122].

Зростання рівня прокрастинації пов'язано зі зниженням уваги до планування справ, відсутністю обмірковування завдань, нестачею сумлінності, дисципліни, організованості, рутинності, повторюваності завдань, а зменшення виявів прокрастинаційної поведінки пояснюється посиленням особистісної виваженості, структурованості, концентрації на справі, прагнення досконалості, уникання негативних емоцій оточуючих;

Найрозповсюдженішими типами соціально-психологічних практик відтермінування в конструюванні майбутнього є: конструктивний (раціональне відтермінування – відкритість майбутнього конструктивним змінам); конвенційний (відтермінування як шкідлива звичка – перевірені соціально прийнятні способи дій у майбутньому); енергозберігальний (відтермінування невідворотне –

майбутнє чітке та зрозуміле на противагу негативному досвіду); спорадичний (відтермінування як перешкода – декілька варіантів майбутнього з повторюваними ситуаціями); шаблонний (відтермінування непоборне – майбутнє регулюється нормами референтних груп); трендовий (відтермінування як «трендова» шкідлива звичка – майбутнє демонстративне); комунікативний (відтермінування як джерело нових можливостей – майбутнє оптимістичне, але нечітке). Найпоширенішими типами прокрастинації є конструктивний (21%) та конвенційний (20%), найменш розповсюдженим – комунікативний (8%).

Особам жіночої статі властиві переважно комунікативний (70%) та шаблонний (63%) типи прокрастинації, особам чоловічої статі – конвенційний (67%) та енергозберігальний (66%).

Серед ключових причин відтермінування виявлено недооцінку готовності до виконання завдання, страх відповідальності, знижений рівень зацікавленості, орієнтацію на соціальну винагороду та педантичні схильності особистості. Всі компоненти відтермінування замкнено у цілісну структуру прямих та обернених зв'язків загального рівня прокрастинації та її суб'єктивних причин.

Література:

1. Варваричева Я. И. Феномен прокрастинации: проблемы и перспективы исследования. *Вопросы психологии*. 2010. № 3. С. 121–131.
2. Дворник М. С. Соціально-психологічна сутність відтермінування. *Інсайт: зб. наук. праць студентів, аспірантів та молодих вчених* / ред. кол. І. В. Шапошникова, О. Є. Блинова та ін. – Херсон: ПП Вишемирський В.С., 2013. С. 71–79.

УДК 378.013.42:364-787.522-057.875-054.6

РОЛЬ СИНЕРГЕТИЧНОГО ПІДХОДУ У РОЗВИТКУ СИСТЕМИ СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ІНОЗЕМНИХ СТУДЕНТІВ

Слуцький Я. С.

Донбаський державний коледж технологій та управління

yaroslav.slutskiy.mail@gmail.com

У сучасному світі все більш чітко простежується розвиток глобалізаційних процесів, безпосередньо впливаючих на багато сфер, в тому числі освітню, що виражається в підвищенні рівня академічної мобільності, одним з елементів якої є іноземні студенти. Однак,