

Секция «Подростковый и юношеский возраст: в поисках себя»
Взаимосвязь прокрастинации и волевых качеств личности в юношеском
Лимонова Лариса Андреевна

Студент (бакалавр)

Омский государственный педагогический университет, Омск, Россия

E-mail: lehalimonova@gmail.com

Проблема прокрастинации стала довольно актуальной в современном обществе, т.к. динамически развиваясь, она предъявляет большие требования к личности, к её саморегуляции и умению правильно распределять своё время. Большинство людей, хотя бы раз в своей жизни, сталкивались с ситуацией, когда им не хотелось начинать важное дело: одни просто откладывают его «на потом», а другие начинают заниматься бесполезными делами, только лишь для того, чтобы отсрочить выполнение данного дела или принятия решения. В связи с этим в психологической науке был разработан специальный термин «прокрастинация».

Прокрастинация может проявляться в форме стресса, вызванного нереализованностью в полной мере жизненно важных для личности целей. Негативные последствия выражаются как в снижении успешности и продуктивности личности в деятельности, так и в острых эмоциональных переживаниях собственного неуспеха, неудовлетворённости результатами своей деятельности [1]. Следует отметить, что прокрастинация обычно проявляется в том виде деятельности, результат которой очень важен для человека.

Исследуемое нами явление в той или иной мере свойственно всем возрастам, однако, наибольшее распространение получило в юношеском возрасте, который является важным периодом в жизни человека, связанный с его профессиональным выбором, обретением идентичности и планированием будущей жизни [2].

Несмотря на то, что данная проблема имеет огромное теоретическое и практическое значение, в психологии она остаётся недостаточно исследованной. В зарубежной психологической науке данный феномен изучали такие авторы, как Дж. Бурка, К. Лэй, Н. Милграм, П. Стил, Б. Такмен и др., которые под прокрастинацией понимали «хроническое» откладывание «на потом» важных для человека дел, которое повторяется постоянно и вопреки сознанию негативных последствий субъектом деятельности.

В свою очередь в отечественной науке проблема прокрастинации изучается учеными совсем недавно (Р.А. Баранова, Я.И. Варваричева, М.А. Киселёва, Н.Н. Карловская, Е.Л. Михайлова, С.Б. Мохова и др.) и рассматривается ими в связи с личностными характеристиками субъектов социальных процессов. Также, следует отметить, что исследователями практически не было выявлено однозначных причин, обуславливающих проявление прокрастинации, т.к. изучаемое явление рассматривалось в контексте перцептивно-семантической организации времени и теории перфекционизма.

В связи с этим возникают вопросы о том, что именно влияет на возникновение и проявление прокрастинации личности и связан ли с ней уровень выраженности ее волевых качеств.

Большинство учёных (В.Г. Авсеев, Л.С. Выготский, П.Я. Гальперин, В.А. Иванников, Е.П. Ильин, С.М. Ривес, Л.Д. Столяренко и др.), занимающиеся проблемой изучения волевых качеств, сходятся в мнении о том, что волевые качества - это относительно устойчивые, независимые от конкретной ситуации психические образования, удостоверяющие достигнутый личностью уровень сознательной саморегуляции поведения.

Проанализировав теоретические аспекты в понимании феномена прокрастинации, изучив психологическую сущность волевых качеств личности и рассмотрев психологические

особенности юношеского возраста, можно сделать вывод, что юношеский возраст является благоприятным периодом для развития и формирования волевых качеств личности [4], однако в котором начинает проявляться и такое качество, как прокрастинация.

С целью выявления степени проявления прокрастинации, уровня выраженности волевых качеств в юношеском возрасте и выявлению взаимосвязи между этими явлениями было проведено эмпирическое исследование.

В исследовании приняли участие двадцать студентов четвертого курса ОмГПУ.

Для выявления степени проявления прокрастинации нами была использована методика К. Лэй «Шкала академической прокрастинации», результаты которой представлены на рис. 1.

Результаты исследования показали, что 10% (2 человека) имеют низкий уровень прокрастинации, 20% (4 человека) имеют средний уровень проявления прокрастинации и 70% (14 человек) имеют высокий уровень прокрастинации.

Исходя из полученных данных, мы сделали вывод о том, что в целом у юношей преобладает высокий уровень прокрастинации. Это означает, что прокрастинация является для них нормальным «рабочем состоянием», в котором они проводят большую часть времени.

Эмпирические данные о степени выраженности волевых качеств личности таких, как целеустремленность, инициативность и самостоятельность, настойчивость и упорство, решительность и смелость, выдержка и самообладание, организованность, были выявлены с помощью методики А.С. Шарова «Психологического самоанализа уровня развития волевых качеств по проявлению их признаков в деятельности и жизни» [3].

Результаты исследования показали, что у юношей преобладает средний уровень выраженности волевых качеств личности. Юноши, с таким уровнем развития волевых качеств не склонны брать на себя дополнительные обязанности. Это означает, что, столкнувшись с препятствиями такие люди, начнут действовать, чтобы его преодолеть. Однако, если будет возможность найти другой, «обходной» путь, то они им воспользуются.

Такой уровень выраженности волевых качеств исследуемой группы, по нашему мнению, связан с тем, что юноши не до конца осознают значимости поставленной цели, правильности её выбора, сочетание ближних, средних и дальних перспектив.

Данные, которые мы получили при использовании обозначенных методик, были взяты нами для дальнейшего исследования взаимосвязи прокрастинации и волевых качеств личности в юношеском возрасте с применением расчета коэффициента ранговой корреляции Спирмена. В результате вычислений были получены следующие данные: коэффициент ранговой корреляции $r=0,43$. Из полученного коэффициента следует, что между указанными показателями существует умеренная теснота связи.

Таким образом, можно отметить, что низкий уровень развитости основных волевых качеств личности определяет повышение уровня прокрастинации у студентов. При этом в прямой последовательности: чем меньше развиты волевые качества у отдельно взятого индивида, тем больше вероятность того, что он либо уже систематически откладывает выполнение важных и трудных для него дел, либо в скором времени начнёт прокрастинировать. К тому же, в такой ситуации прокрастинаторы легко находят убедительные причины того, почему они затягивают или откладывают решение стоящей перед ними задачи.

Итак, на основании проведённого анализа теоретических и эмпирических данных нами была установлена умеренная взаимосвязь между показателями проявления прокрастинации и степенью сформированности волевых качеств в юношеском возрасте.

Однако, следует отметить, что по данным исследования у респондентов был выявлен средний уровень выраженности волевых качеств личности. Это означает, что выраженность волевых качеств не играет большой роли в том, как и в какой степени проявляется прокрастинация среди юношей. Поэтому проведённое исследование не исчерпывает всей сложности проблемы исследуемой проблемы. Перспективу дальнейшего исследования мы видим в более глубоком изучении данной взаимосвязи на примере студентов других курсов, что позволит сделать более точные и глубокие выводы, а также расширить круг рассматриваемых психологических феноменов, добавив к перечню влияния на уровень проявления прокрастинации мотивационно-потребностный, поведенческий и ценностно-смысловой аспекты.

Источники и литература

- 1) Карловская Н.Н. Баранова Р.А. Взаимосвязь общей и академической прокрастинации и тревожности у студентов с разной академической успеваемостью // Психология в вузе. - 2008. - № 3. - С. 38–49.
- 2) Кон И.С. Психология юношеского возраста: Проблемы формирования личности. Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов. / И.С. Кон. — М.: Просвещение, 1979. — 175 с.
- 3) Шаров А.С. Жизненные кризисы в развитии личности: Учебное пособие для студентов, аспирантов и практических работников в области психологии. / А.С. Шаров. —Омск: Издательство ОмГПУ, 2005. — 166 с.
- 4) Якубенко О.В., Жигадло А.П. Педагогическое сопровождение здоровьесбережения студентов как фактор успешной адаптации к вузу // Вестник Сибирской государственной автомобильно-дорожной академии. - 2012. - № 6 (28). - С. 165-167.

Иллюстрации

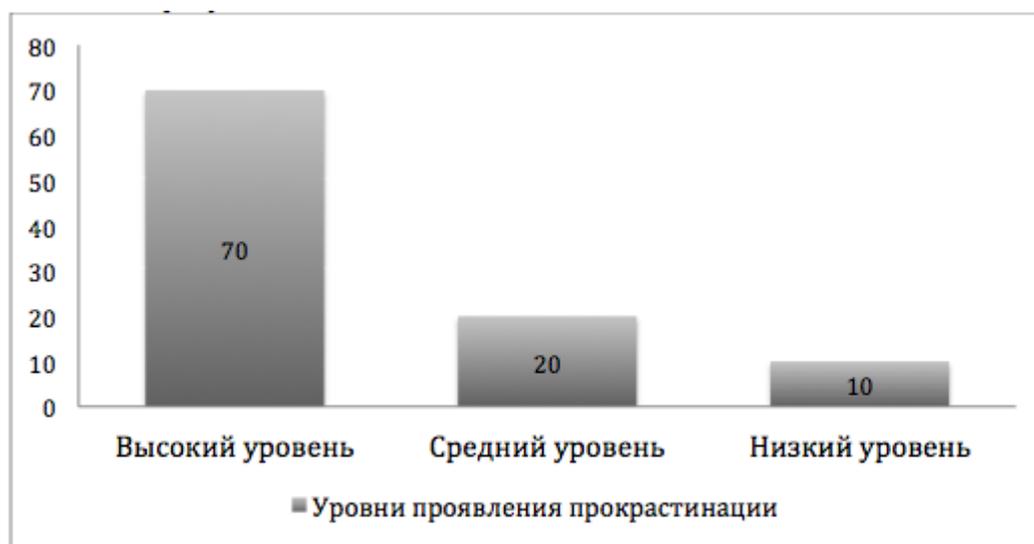


Рисунок 1. Уровень выраженности прокрастинации в юношеском возрасте (в процентах)

Рис. 1. Рисунок 1