

Булыгина Т.Б., Прогнозирование в учебной деятельности и нравственном поведении младших школьников. СПб., 1996.

Дубровина И.В. Психическое развитие воспитанников детского дома/ И.В. Дубровина, А.Г. Рузская. – М.: Просвещение, 2005.

Кондратьева И.Н. Планирование своей деятельности младшими школьниками // Вопросы психологии. 1990. № 4. С. 47-55.

Ломов Б.Ф., Сурков Е.Н. Антиципация в структуре деятельности. М., 1980.

Переслени Л.И., Подобед В.Л. Исследование прогностической деятельности для характеристики уровня умственного развития // Вопросы психологии. 1976. № 2. С. 115-123.

Резуш Л.А. Психология прогнозирования: способность ее развития и диагностика. Киев, 1997.

Сергиенко Е.А. Раннее когнитивное развитие: Новый взгляд М.: Изд-во ИП РАН, 2006.

Artishcheva L.V. The Experience Of Mental States Of Adolescents Orphans // The European Proceedings of Social and Behavioural Sciences EpSBS. 2018. Vol. XLV (45). P. 317-325.

ANXIETY IN THE PROCESSES OF FORECASTING ORPHANS

Ahmetzyanova A.I., Latieva A.I.

Kazan (Volga region) Federal University, Kazan

Abstract. Currently, the study of the phenomenon of anticipation is one of the topical areas of research in various fields of science. Despite the existing diversity of approaches to the study of the human antisepic solvency in different types of activities, at different age stages the question of the specifics of anticipation in children living in conditions of parental deprivation, attracts the attention of the scientific community. This article presents the results of a study of the antisepic solvency of orphans of primary school age, who are brought up in an institution of residential type.

Key words: anticipation, anxiety, orphans, prognostic competence, primary school age

СОСТОЯНИЕ ПРОКРАСТИНАЦИИ, КАК ФАКТОР ПОДАВЛЯЮЩИЙ ФОРМИРОВАНИЕ УСПЕШНОЙ ЛИЧНОСТИ

Базыка Е.Л.

Николаевский межрегиональный институт развития Человека, Николаев, Украина

evgenija_bazyka@ukr.net

Аннотация. В статье рассмотрен феномен прокрастинации. Представлены результаты исследования, которые подтверждают связь между уровнем прокрастинации и успешностью в учебе, удовлетворенности от избранной специальности, а также превалирования у лиц с высоким уровнем прокрастинации таких психологических особенностей как: низкая волевая саморегуляция, настойчивость, импульсивность, неуверенность, низкий уровень саморуководства и самопринятия и, соответственно, высокой уровень внутренней конфликтности.

Ключевые слова: прокрастинация, успех, успешная личность, волевые качества

Современные требования нашего общества ставят перед человеком все усовершенствованные, развитые у него психологические качества: быть целеустремленным, предприимчивым, настойчивым, уверенным, организованным, конкурентоспособным, прозорливым и т.п. Все это, в купе с жизнестойкостью и оптимизмом, по мнению многих исследователей (Немов 2003, Blunt, Ruchyl, 2010), и формируют успешную личность. Перечисленные выше психологические свойства, состояния связанные с эмоционально-волевой и мотивационной сферой личности, которая у современного человечества, особенно у молодежи, студенчества часто является недоразвитой, несформированной.

Цель статьи проанализировать состояние прокрастинации - как фактор, который подавляет формирование успешной личности, и представить результаты эмпирического исследования, которое

доказывает, что состояние хронической прокрастинации связано с недоразвитием волевых процессов, самоконтролем, саморукководством, низким самопринятием, а также недовольством избранной специальностью (в нашем случае).

Рассмотрим детальнее феномен прокрастинации и понятие успеха, успешности в психологии. Слово «прокрастинация» происходит от англ., *procrastination* - психологический термин, означающий склонность человека откладывать все на потом, на завтра, на будущее неприятные решения и дела. Прокрастинаторы - лица, склонные к затягиванию выполнения заданий, переложения своей ответственности на других, они работают хаотически. Анализируя современную психологическую литературу, мы увидим, что термин "прокрастинация" похож на лень, сибаритство.

Современная психология склоняется к тому, что прокрастинация - это выражение эмоциональной реакции на плановые или необходимые дела. В зависимости от характера этих эмоций, прокрастинация делится на два фундаментальных типа: "расслабляющая" (временная), когда человек тратит время на другие, более приятные занятия и развлечения, и "напряженная" (какая более похожая на хроническую), связанная с общей перегрузкой, потерей ощущения времени, недовольством собственными достижениями, неясными жизненными целями, нерешительностью и неуверенностью в себе.

Мы считаем, что причины возникновения этого состояния нужно искать в расстройстве эмоционально-волевых процессов, целенаправленности, саморганизованности, ответственности.

Прежде чем рассматривать понятие "успешность", необходимо установить сущность связанного с ним понятия "успех", поскольку они взаимосвязаны. Успех с социально психологической точки зрения рассматривается как событие, которое получило социальную и общественную оценку. Само общество решает, можно ли считать успехом результаты деятельности отдельных людей и групп (Словарь, 1972).

Успех невозможен без максимально задействованных внутренних психологических ресурсов личности: силы воли, стойкости к стрессам, целенаправленности, а также способностям человека - совокупности качеств, необходимых для достижения желательного.

С нашей точки зрения возможно **предположение** о том, что

- прокрастинация (особенно перманентная) является признаком неразвитых волевых процессов, неумением к самоорганизации, целенаправленности;

- состояние прокрастинации и успешности являются взаимоисключающими явлениями, что непосредственно связано с нарушениями волевых и мотивационных процессов.

Для подтверждения наших предположений на базе ВУЗа г. Николаева было проведено исследование среди студентов четвертых курсов для того, чтобы определить связи между успешностью в учебе, удовлетворенностью (на данном этапе) избранной специальностью и наличием состояния прокрастинации, а также психологическими особенностями студентов с наличием прокрастинации.

Методы и выборка исследования. С помощью экспертных оценок, среднего балла успешности учебы нами была сформированная выборка студентов в количестве 60 человек, с пропорциональным распределением как успешных, активных (то есть заинтересованных студентов) так и пассивных, с проблемами в учебе. Выборка была гомогенна по половому признаку. Средний возраст испытуемых составил 22,75 лет (стандартное отклонение - 3,53). Минимаксные пределы по возрасту 20-26 лет.

Форма учебы бюджетная, как дневная, так и заочная. Решение о выбранной специальности было самостоятельным (со слов респондентов).

В исследовании были использованы 4 психодиагностические **методики**.

1. Авторская анкета на выявление наличия состояния прокрастинации, которая предоставлялась респондентам под названием "Анкета на выявление факторов, которые мешают общей успешности". Она содержит 26 вопросов относительно наличия состояния хронической прокрастинации, как личностного свойства присущей человеку вообще во всех делах.

2. Многомерный опросник исследования самооотношения (МИС) разработанный С.Р. Пантеевым (Пантеев, 1993).

3. Исследование волевой саморегуляции с помощью теста опросника А.В.Зверькова и Э.В.Эйдмана (Пашукова и др., 1996).

4. Методика исследования тревожности (опросник Спилбергера). Обработка данных осуществлялась с использованием программ MS Excel 2013 и STATISTICA 6.0.

Результаты. В среднем по выборке уровень прокрастинации, является относительно высоким: M (среднее) = 59,8 баллов из 76 возможных, минимум (мин) = 26 баллов, максимум (макс) = 73 балла, (стандартное отклонение) = 6,9 баллов. Исследование самооотношения оказалось ближе к негативному. Самоуважение в среднем по выборке - 3,85 балла (мин = 1; макс = 10; = 1,7). Аутосимпатия по средним значениям равнялась M = 6,2 балла (мин = 1; макс = 10; = 2,4). Самообвинение оказался в интервале средней нормы, точнее на грани среднего и высокого уровня: M = 6,8; мин = 1; макс = 10; = 2,3. Нас, прежде всего, интересовал первый фактор - самоуважение. Который по содержанию определяется следующими шкалами: саморуководство, самоуверенность, открытость, отображенное самооотношение. Все эти шкалы выражают оценку собственного Я индивида по отношению к социально нормативным критериям: целенаправленности, воли, успешности, нравственности, социального одобрения. Интересным оказалось то, что по шкале самоуважение именно подшкалы саморуководство и открытость (внутренняя честность) имели наименьшие средние показатели (M = 2,3; мин = 1; макс = 10; = 3,8; M = 2,8; мин = 1; макс = 10; = 3,2 соответственно), в отличие от самоуверенности, где среднее значение было выше (M = 4,5; мин = 1; макс = 10; = 3,4 балла).

Исследование волевой саморегуляции оказалась ближе к заниженным: M = 9,7 мин = 0 баллов, макс = 24 балла, = 5,5.

Исследование тревожности оказалось на грани средней и повышенной (как ситуативная, так и личностная) в целом по выборки (M = 2,4; мин = 0; макс = 4; = 3,2; M = 3,2; мин = 0; макс = 4; = 3,2 соответственно).

Были выявлены значительные корреляционные связи между уровнем прокрастинации, из анкетных данных, и успешностью в учебе на уровне $r_s = 0,37$, $p = 0,009$, а также удовлетворенности от избранной специальности ($r_s = 0,63$, $p < 0,013$.) Поиск связи между уровнем прокрастинации и самоотношением позволил выявить значимую корреляционную связь: $r_s = 0,51$, $p < 0,001$. Поиск связи между уровнем прокрастинации, которая мешает быть успешным студентом, и волевой саморегуляции позволил найти значимую связь на уровне $r_s = 0,28$, $p = 0,028$. Не найдено достоверных связей между прокрастинацией и тревожностью. Во всех случаях был использован корреляционный анализ Спирмена.

Для более детального анализа психологических особенностей студентов, которые имеют разный уровень прокрастинации, выборка была разделена по результатам нашей анкеты на три группы - с низким, средним и высоким уровнем прокрастинации. Разделение на группы осуществлялось по правилу "трех сигм" ($M \pm 3$) : те, кто имеют низкий уровень прокрастинации (меньше, чем $M - 1$); те, кто имеют средний уровень прокрастинации ($M \pm 1$); и те, кто имеют высокий уровень прокрастинации (больше, чем $M + 1$). Данные по анкете отвечают нормальному распределению (критерий Колмогорова-Смирнова, $p > 0,20$), что позволяет использовать во время распределения на группы правило "трех сигм". В итоге, в группу с низким уровнем прокрастинации, попали 13 студентов (21,7%), в группу со средним уровнем - 22 студента (36,7%) и в группу с высоким уровнем - 25 студентов (41,6%). Потом эти группы сравнивались с помощью критериев для трех независимых выборок (критерий Крускала-Уоллеса и Медианный тест) по всем психологическим особенностями, которые изучаются.

В результате анализа наличия состояния прокрастинации мы выявили, что это состояние очень распространено среди студенчества (78,3% из общего количества респондентов показали средний и высокий уровень прокрастинации).

Подтвердилась гипотеза о том, что наличие состояния прокрастинации мешает стать успешной личностью. Доказана связь между этим состоянием и низкой академической успешностью, недовольством в выбранной специальности. Также выявлена значимая корреляционная связь между уровнем прокрастинации и такими психологическими особенностями студентов, как низкая волевая саморегуляция, настойчивость, импульсивность, неуверенность, низкий уровень саморуководства и самопринятия, и соответственно высокой уровень внутренней конфликтности.

Подводя итог вышеизложенного, мы определились, что понятие прокрастинации в психологии трактуют, как склонность к откладыванию дел "на потом", которое выражается в стремлении человека всеми способами не приступать к выполнению определенных дел или обязанностей, даже в принятии решений.

Доказана взаимосвязь между успешностью в учебе, удовлетворенностью в избранной специальности и уровнем прокрастинации, определены психологические особенности студентов с наличием состояния прокрастинации. К ним принадлежат - низкая волевая саморегуляция, отсутствие настойчивости, импульсивность, неуверенность, низкий уровень саморуководства (экстернальный локус контроля) и самопринятия, и соответственно, высокий уровень внутренней конфликтности.

Литература

Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. 4-е изд. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. Кн. 1: Общие основы психологии.

Пантилеев С.Р. Методика исследования самооотношения М.: Смысл, 1993.

Папукова Т.И., Допира А.И., Дьяконов Г.В. Психологические исследования. Практикум по общей психологии для студентов педагогических вузов. М.: Изд-во "Институт практической психологии", 1996.

Словарь русского языка / Сост.: С.И. Ожегов. М.: Сов. энциклопедия, 1972.

Blunt A.K., Pychyl T.A. Task aversiveness and procrastination: a multidimensional approach to task aversiveness across stages of personal projects // Personality and individual difference. 2010. №28. P. 153 - 167.

THE STATE OF PROCRASTINATION AS A FACTOR SUPPORTING THE FORMATION OF A SUCCESSFUL PERSON

Bazyka E.L.

Nikolayev Interregional Institute of Human Development, Nikolayev, Ukraine

Abstract. In the article the phenomenon of procrastination (laying on then). Research results are presented which confirms connection between the level of procrastination, and success in studies, to satisfaction from select speciality, and also predominating at persons with the high level of procrastination of such psychological features as: subzero volitional self-regulation, persistence, impulsiveness, uncertainty, low level of guidance and self-acceptance and, according, to high level of internal conflict.

Key words: procrastination (laying on then), success, successful personality, volitional internals.

ВЗАИМОСВЯЗЬ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ И ЛОКУСА-КОНТРОЛЯ

Базыка Е.Л., Базилевич И.В.

Николаевский межрегиональный институт развития Человека,
г. Николаев, Украина

evgenija_bazyka@ukr.net; inessabazilevich71@mail.ru

Аннотация. В статье отображены результаты исследования взаимосвязи между типом локуса контроля и различий в выборе тех или иных копинг-стратегий у лиц студенческого периода. В ходе эмпирического исследования нами было подтверждено выдвинутую гипотезу о том, что у студентов с разным типом локуса контроля будут различия в выборе копинг-стратегий. Наиболее оптимальным,