
СОЦИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОБЩЕСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ

SOCIOLOGICAL ASPECTS OF SOCIAL DEVELOPMENT

Оригинальная статья / Original article

<https://doi.org/10.21869/2223-1552-2022-12-1-167-181>



Академическая прокрастинация в студенческой среде: социологический анализ

О. А. Ветрова¹ ✉, М. В. Обозная¹

¹ Юго-Западный государственный университет
ул. 50 лет Октября 94, г. Курск 305040, Российская Федерация

✉ e-mail: oksana7vet@yandex.ru

Резюме

Актуальность. Студенческий возраст играет ключевую роль в процессе учебно-профессиональной социализации личности, в течение которого происходит стадия взросления, развития чувства идентичности и планирования своего будущего. Одной из таких стадий является процесс учебной деятельности, играющей большую роль в укреплении веры в собственный успех, способность к продуктивной деятельности. Однако существуют и препятствия, ограничивающие комплексное становление личности, – промедление в откладывании учебных дел или академическая прокрастинация.

Цель – определить характер формирования академической прокрастинации студентов, а также выявить значение мотивации в структуре данных факторов.

Задачи: провести эмпирическое исследование и проанализировать причины формирования академической прокрастинации студенческой молодежи; изучить учебные мотивы студенческой молодежи; определить принципиальное отличие между выполнением долгосрочных и ежедневных учебных задач, случаев охотного выполнения этих задач, а также эмоциональные предпосылки студентов, которые решили не выполнять учебные задания, независимо от их срочности и временных затрат.

Методология. В ходе прикладного исследования использовалась методика, направленная на выявление у студенческой молодежи мотивов учебной деятельности, методика «Шкала оценки прокрастинации PASS» в адаптации М. В. Зверевой, факторный анализ методом главных компонент, а также опрос студенческой молодежи методом анкетирования.

Результаты. Интерпретация полученных данных позволила подтвердить наличие проблемы академической прокрастинации и ее влияние на учебную мотивацию у студенческой молодежи. Профессиональные и учебно-познавательные мотивы выступают одними из движущих мотивов, направляющих студентов к академической деятельности. Наиболее распространенной формой академической прокрастинации является промедление в выполнении долгосрочных задач.

Выводы. Дальнейшие социологические исследования должны учитывать целый комплекс теоретико-методологических оснований, на основании которых можно представить феномен академической прокрастинации во всей целостности и совокупности.

Ключевые слова: прокрастинация; академическая прокрастинация; промедление; откладывание; прокрастинирующее поведение; студенческая молодежь; мотивация; мотивы.

Конфликт интересов: В представленной публикации отсутствует заимствованный материал без ссылок на автора и (или) источник заимствования, нет результатов научных работ, выполненных авторами публикации лично и (или) в соавторстве, без соответствующих ссылок. Авторы декларируют отсутствие конфликта интересов, связанных с публикацией данной статьи.

© Ветрова О. А., Обозная М. В., 2022

Известия Юго-Западного государственного университета. Серия: Экономика. Социология. Менеджмент /
Proceedings of the Southwest State University. Series: Economics, Sociology and Managment. 2022; 12(1): 167–181

Для цитирования: Ветрова О. А., Обозная М. В. Академическая прокрастинация в студенческой среде: социологический анализ // Известия Юго-Западного государственного университета. Серия: Экономика. Социология. Менеджмент. 2022. Т. 12, № 1. С. 167–181. <https://doi.org/10.21869/2223-1552-2022-12-1-167-181>.

Поступила в редакцию 08.12.2021

Принята к публикации 15.01.2022

Опубликована 28.02.2022

Academic Procrastination Among Students: a Sociological Analysis

Oksana A. Vetrova¹ ✉, Mariya V. Oboznaya¹

¹ Southwest State University
50 Let Oktyabrya str. 94, Kursk 305040, Russian Federation

✉ e-mail: oksana7vet@yandex.ru

Abstract

Relevance. The student's age plays a key role in the process of educational and professional socialization of the individual, during which the stage of growing up, developing a sense of identity and planning their future takes place. One of these stages is the process of educational activity, which plays an important role in strengthening faith in one's own success, the ability to be productive. However, there are also obstacles that limit the complex formation of personality – procrastination in postponing academic affairs or academic procrastination.

The purpose is to determine the nature of the formation of academic procrastination of students, as well as to identify the importance of motivation in the structure of these factors.

Objectives: to conduct an empirical study and analyze the reasons for the formation of academic procrastination of students; to study the educational motives of students, to determine the fundamental difference between the performance of long-term and daily educational tasks, cases of willing fulfillment of these tasks, as well as the emotional prerequisites of students who have decided not to perform educational tasks, regardless of their urgency and time costs.

Methodology. The study used a methodology aimed at identifying the motives of educational activity among students, the methodology "PASS procrastination assessment Scale" in the adaptation of M. V. Zvereva, and factor analysis by the method of principal components, as well as a survey of student youth by means of a questionnaire.

Results. Interpretation of the data obtained allowed us to confirm the existence of the problem of academic procrastination and its impact on academic motivation among students. Professional and educational-cognitive motives are among the driving motives that guide students to academic activity. The most common form of academic procrastination is procrastination in completing long-term tasks.

Conclusions. Further sociological research should take into account a whole set of theoretical and methodological grounds on the basis of which it is possible to present the phenomenon of academic procrastination in its entirety and totality.

Keywords: procrastination; academic procrastination; procrastinator; procrastination; procrastinating behavior; student youth; motivation; motives.

Conflict of interest: In the presented publication there is no borrowed material without references to the author and (or) source of borrowing, there are no results of scientific works performed by the authors of the publication, personally and (or) in co-authorship, without relevant links. The authors declares no conflict of interest related to the publication of this article.

For citation: Vetrova O. A., Oboznaya M. V. Academic Procrastination Among Students: a Sociological Analysis. *Izvestiya Yugo-Zapadnogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Ekonomika. Sotsiologiya. Menedzhment = Proceedings of the Southwest State University. Series: Economics, Sociology and Management*. 2022; 12(1): 167–181. (In Russ.) <https://doi.org/10.21869/2223-1552-2022-12-1-167-181>.

Received 08.12.2021

Accepted 15.01.2022

Published 28.02.2022

Введение

Студенческая жизнь характеризуется как довольно интересный и увлекательный этап в жизни личности, но и то же время –

это трудный процесс, связанный с анализом и интерпретацией большого объема новой информации, с усвоением новых навыков, умений и способностью применить их на практике.

Прокрастинация, являясь частью жизнедеятельности значительного большинства жителей современного общества, наиболее ярко имеет выражение в академической среде и носит название «академическая» или студенческая прокрастинация. Студенческая молодежь интраперсонально имеет предрасположенность к прокрастинации, ориентируясь на возможное негативное прошлое и фаталистическое настоящее [1], выстраивая временную перспективу как синтезированную общность взглядов и принципов, существующую именно в данный момент времени. Иными словами, студенты-прокрастинаторы действуют, ориентируясь на спонтанное поведение и текущее бесцельное времяпровождение [2], откладывая достижение личностных, учебных и профессиональных целей на более поздний, неопределенный срок, вместе с тем одновременно промедлят в выстраивании базы для успешной самореализации в будущем. Студенческая молодежь, придерживаясь подобного поведенческого паттерна, в будущем, выстраивая профессиональную карьеру и жизненные планы, с высокой долей вероятности будет демонстрировать подобную тенденцию.

Согласно определению Н. Н. Карловской и Р. А. Барановой, академическая прокрастинация – это промедление в выполнении учебных заданий, связанное с несформированностью базовых учебных навыков, неорганизованностью, забывчивостью и общей поведенческой ригидностью, и вследствие чего наступает снижение успеваемости и результативности обучения в образовательной организации. Академическая прокрастинация демонстрирует высокую степень негативного влияния как на продуктивность учебно-познавательной активности студенческой молодежи, так и на уровень её социально-психологического благополучия и самооценки. Также они включали в интерпретацию прокрастинации, помимо основных характеристик, поведенческий, когнитивный и эмоциональный компо-

ненты, проявляющиеся непосредственно через поведение [3].

Нарастающее количество прикладных эмпирических исследований в русле психологических [4], социологических [5], антропологических [6], профессиональных [7] и даже управленческих наук [8] подтверждает научные представления о том, что академическая прокрастинация неразрывно связана с мотивационной сферой личности или же включает в себя некие другие дефиниции, чем плохие навыки управления временем или лень.

Американские ученые Э. Соломон и Л. Ротблум концептуализировали академическую прокрастинацию как страх неудачи. Они исследовали связь академической прокрастинации с релевантными показателями академической успеваемости, при этом обосновывая, что прокрастинация не свойственна большому количеству студентов, а важно выявить детерминанты, которые могут быть вовлечены в специфический анализ. Среди выявленных причин, по которым студенты откладывают на потом выполнение важных дел, – это страх неудачи, включающий оценочную тревожность, перфекционизм к себе, низкую самооценку; отсутствие мотивации, отвращение к задачам (в том числе недостаток энергии) [9].

Изучение данного феномена раскрывается с позиции рассмотрения взаимосвязи между рациональными и иррациональными убеждениями, академической прокрастинацией и временными предпочтениями для подготовки к экзаменам, а также успеваемости с помощью модели структурных уравнений [10]; оценивались роль автономной саморегуляции [11], страх неудачи, включающий оценочную тревожность, перфекционизм к себе, низкую самооценку, отсутствие мотивации, отвращение к задачам (в т. ч. недостаток энергии) [12], симбиоз с мотивационными переменными, где независимой переменной выступает пол [13]; корреляционная связь между мотивацией достижения и семейной ориентацией у

студентов [14]; влияние таких факторов, как неполная семья (студенты из неполных семей имеют более высокий уровень прокрастинации, чем студенты, проживающие в полных семьях), возраст студентов (с возрастом понижается), низкая самооценка, ориентация на одобрение со стороны родителей, сверстников, отсутствие интереса к учебной деятельности, низкий уровень контроля над своими действиями и многие другие факторы [15].

Высокий уровень академической прокрастинации несет в себе ряд критических моментов [16], а именно формирование у студентов рационального распределения и использования собственного времени, вследствие чего рождаются определенные стили учебной деятельности, появляются академические задолженности, постоянное поддержание напряженного состояния, возможны стрессовые ситуации, что наносит непоправимый вред социально-психологическому, психическому, психосоматическому здоровью и может привести к формированию или усугублению вредных привычек, непреодолимому чувству неудовлетворенности результатами своей работы, развивается зависимость от гаджетов, происходит нарушение социального взаимодействия, снижает самооценку и т. д.

Академическая прокрастинация в студенческой среде на сегодняшний момент является широко изученным феноменом с позиции лишь психологических наук, однако с точки зрения социологии практически отсутствуют практические исследования. Ввиду актуальности данной проблемной области представляется значимым дальнейшее исследование академической прокрастинации именно на студенческой выборке в её учебной деятельности, которая представляет собой протяжённый во времени процесс, где время является наиболее необходимым ресурсом. Именно в учебной деятельности студенческая молодежь сталкивается с проблемой промедления при выполнении учебных заданий и даже их невыполнении.

Материалы и методы

В ходе исследования использовались авторское социологическое исследование, методика, направленная на выявление у студенческой молодежи мотивов учебной деятельности, методика «Шкала оценки прокрастинации PASS» в адаптации М. В. Зверевой [17], а также метод факторного анализа, позволяющий выявить латентные переменные, являющиеся причиной изменения доступных наблюдению измеряемых эмпирических показателей. Исследование было проведено с опорой на теоретико-методологическую базу исследований М. В. Зверевой, П. Стила, В. В. Барабаншиковой, Г. И. Марусановой и других, а также системного подхода при рассмотрении студенческой прокрастинации.

Выборку составили студенты Курской области, обучающиеся в ФГБОУ ВО «Юго-Западный государственный университет» (ЮЗГУ), ФГБОУ ВО «Курский государственный университет» (КГУ), ОБПОУ «Курский техникум связи» (КТС) и ОБПОУ «Суджанский сельскохозяйственный техникум» (ССХТ). Выборочная совокупность составила 500 человек (56% юношей и 44% девушек).

Результаты и их обсуждение

Современные исследования академической прокрастинации подтверждают возможность рассмотрения её природы как фиксированной формы поведения и феномена мотивационной и регуляторной сферы человека [18]. Опираясь на теоретико-методологический фундамент исследований и на научное предположение, была определена цель эмпирического исследования, заключающаяся в определении характера формирования академической прокрастинации студентов, а также выявления значения мотивации в структуре данных факторов. Общая мотивационная структура будет пониматься как базовое, родовое понятие (феномен). Следовательно, студенческая прокрастинация –

видовое понятие (феномен), которое представляет собой определенную группу мотивов, объединенных по критерию «избегания» выполнения профессиональных (учебных) задач.

Следуя данной методологии, мы начинаем исследование с изучения общих вопросов учебной мотивации. В реалиях развития учебной мотивации студента важно опираться на основополагающие составные элементы мотивации – мотивы учения, коммуникативные, профессиональные, учебно-познавательные, широкие социальные мотивы, а также мотивы творческой самореализации, избегания неудачи и престижа [19; 20]. Данные мотивы дисциплинируют сту-

дента, задают надежность и последовательность шагов по конструированию и воспитанию способности личности реализовать жизненные позиции.

Чтобы определить учебные мотивы студенческой молодежи, в ходе социологического исследования была применена «Методика для диагностики учебной мотивации студентов» (А. А. Реан и В. А. Якунин в модификации Н. Ц. Бадмаевой) [21]. Опросник состоит из тридцати четырех утверждений, отражающих мотивы учения, коммуникативные, профессиональные, учебно-познавательные, широкие социальные мотивы, а также мотивы творческой самореализации, избегания неудачи и престижа (табл.).

Таблица. Результаты диагностики учебной мотивации студентов, балл

Мотивы						
коммуникативные	избегания	престижа	профессиональные	творческой самореализации	учебно-познавательные	социальные
3,34	2,88	2,56	3,74	3,07	3,25	3,23

Полученные результаты демонстрируют относительно средний уровень мотивации учебной деятельности, показателем которой колеблются от 2,56 балла до 3,74 балла, а в целом по методике составляет 3,15 балла. Преобладающим мотивом выступают профессиональные мотивы, составляющие 3,74 балла, отражающие уровень направленности студенческой молодежи на овладение выбранной специальности, желание приобретать профессиональные знания, умения и навыки, стремление сформировать профессионально-личностные качества будущего специалиста. На втором месте находятся коммуникативные мотивы с значением в 3,34 балла, из чего следует, что студенческой молодежи нравится процесс коммуникации как один из способов проявления активности, когда они вливаются в процесс профессиональной ориентации и освоения будущей профессии.

Далее по степени важности идут учебно-познавательные мотивы (3,25 балла) и социальные мотивы (3,23 балла), ко-

торые отражают непосредственную связь между содержанием учебного процесса и ходом ее выполнения, которые определяются глубиной интереса к получаемым знаниям, способам получения этих знаний и т. п. Такие студенты, как правило, отличаются высокой работоспособностью и активностью на учебных занятиях и проявляют интерес. В тех случаях, если студент поступил в образовательное учреждение исключительно ради документа об образовании, они часто проявляют избирательность, разделяя всю учебную программу на необходимые и ненужные дисциплины для их профессионального становления, что негативно сказывается на успеваемости по ненужным предметам и, как следствие, влечет к формированию прокрастинирующего поведения.

Небольшой результат получила шкала мотива избегания (2,88), раскрывающая тенденцию студентов в учебной деятельности к избеганию определенных санкций, осуждений за плохую учебу или же не быть отстающим в группе, нежели

к получению новых знаний. Можно предположить, что данный не сильно выраженный показатель не является фактором формирования академической прокрастинации.

Уровень учебной мотивации студенческой молодежи находится на среднем уровне по профессиональной и учебно-познавательной шкале, а средние значения по шкалам избегания и престижа получили низкий уровень. Можно предположить, что у студенческой молодежи наблюдается определенный интерес к выбранной специальности, потребность стать высококвалифицированным специалистом, однако мотивы избегания опережают мотивы престижа, что говорит о желании студенческой молодежи быть не хуже других, и попав в университет, они были вынуждены в нем учиться. Возможно, существуют и имеют место быть и другие мотивационные факторы, которые непосредственно влияют на интерес к обучению или его отсутствию, что может сказаться на формировании прокрастинирующего поведения.

Мотивация к деятельности и её цель неразрывно связаны, где мотивация выражена в побуждении студентов к учебно-профессиональной деятельности студентов. Ввиду этого нами был задан вопрос относительно того, всегда ли студенты могут добиваться поставленных перед ними целей. Так, 49,6% респондентов ответили, что *скорее да, чем нет*, а однозначно *да* – 43%, что говорит о неравномерности поставленных целей и точного факта их выполнения, т. е. они колеблются, и под этим можно подразумевать, что существуют цели, выполнение которых либо вызывает у них проблемы, либо отсутствует мотивация к выполнению или достижению целей, ведь цель и мотивы по определению побуждают человека к действиям, определяя их содержание и способы выполнения.

Следующим шагом проанализируем методику «Шкала оценки прокрастинации PASS» в адаптации М. В. Зверевой,

которая состоит из трех частей, направленных на выявление и оценку частоты академической прокрастинации, ее вероятных причин (социальная тревожность, лень, вызов, плохой перфекционизм) и личностных характеристик прокрастинирующей личности (самоконтроль, импульсивность, организованность, избегание неудач).

Частота откладывания и то, насколько она субъективна для респондентов, показала, что наибольшее среднее значение было выявлено у позиции к снижению тенденции к откладыванию долгосрочных заданий и составило 4,01 балла. На втором месте оказалось переменная, характеризующая снижение тенденций к промедлению в выполнении ежедневных задач (3,89 балла). Высокие значения средней арифметической именно по показателям степени снижения тенденций к промедлению в выполнении долгосрочных и ежедневных задач показывают об актуальности проблемы академической прокрастинации как проблемной области для студентов о том, что они прокрастинируют и хотят снизить данную тенденцию.

Относительно выполнения долгосрочных академических задач и как часто студенты промедляют в их выполнении, средний показатель составил 3,31, что говорит о явно выраженной тенденции к промедлению в выполнении именно долгосрочных задач. В сравнении с промедлением в выполнении ежедневных задач данный показатель составил лишь 2,51 балла. Иными словами, студентам свойственно откладывать выполнение учебно-академических заданий, сроки сдачи которых составляют длительное время (семестр, учебный год), а также отсутствуют строго ограниченные временные рамки.

Последующий анализ частей опросника происходил с применением факторного анализа методом главных компонентов. Факторный анализ позволит нам выявить латентные переменные, являющиеся причиной изменения доступных наблюдению измеряемых эмпирических

показателей, и в полной совокупности факторов объяснить 58,8% и 54% полученной информации в каждой части опросника соответственно.

Результаты исследования М. В. Зверевой [17] зафиксировали, что среди причин откладывания выступают четыре латентных переменных: социальная тревожность, вызов, плохой перфекционизм и лень, в то время как наше исследование показало наличие еще трех дополнительных латентных причин – сомнение в своих силах, отказ от ответственности и перегруженность.

Факторный анализ личностных характеристик выявил схожие результаты, которые были получены М. В. Зверевой [17]: организованность, импульсивность, мотивация избегания неудач, низкая самооценка и концентрация внимания, кроме фактора «самоконтроль», что позволяет нам сделать вывод об отсутствии в сознании студенческой молодежи самоконтроля в процессе учебной деятельности, который имеет специфические функции, занимает особое место в структуре образовательной деятельности и определяет отношение студенческой молодежи к себе как к продукту этой деятельности, в результате чего их внимание к решению образовательной проблемы является профессиональным и всегда направлено на достижение конечного результата, к которому нужно стремиться.

Далее авторское социологическое исследование базировалось на изучении феномена прокрастинации в учебной деятельности, определялся уровень ее распространенности, корреляционные взаимосвязи, что в целом позволило охарактеризовать феномен академической прокрастинации как более целостную структуру.

Определяя, замечали ли студенты за собой когда-либо промедление в выполнении любых дел без видимых на то причин, были получены следующие результаты: 68,1% – замечали, а 31,9% – нет. Среди опрошенных, кто замечал за собой подобное поведение, больше половины

юношей (70,5%), чем девушек (65%). Девушек-непрокрастинаторов оказалось 35,1%, а юношей – 29,5%, что позволяет сделать вывод о том, что преобладающее число прокрастинаторов составляют юноши. Определяя частоту откладывания выполнения любой работы без видимой на то причины, нами были получены следующие результаты: 68,1% часто прокрастинируют, а 31,9% – не промедляют без видимых причин, при этом 32,7% прокрастинируют стабильно несколько раз в месяц, 26,2% практически каждый день и до 5 раз в неделю, лишь 10% – никогда.

Далее мы поставили задачу определить, как сразу студенты приступят к выполнению определенной задачи или дела, время на выполнение которого ограничено лишь сутками, и результаты показали, что 40% респондентов хотели бы выделить пару часов на отдых, чтобы собраться с мыслями, а потом приступают к выполнению, чуть меньшее количество (39,6%) приступают к выполнению практически сразу, как только появляется возможность, 8,8% будут готовиться ближе к ночи, 8,5% выделяют первую половину дня на хороший отдых, а вторую – на выполнение, 2,7% приступят ближе к ночи. Анализ корреляционной матрицы показал, что 53,7% непрокрастинаторов приступят к выполнению срочных суточных дел практически сразу, как только появится возможность, а 45,2% активных прокрастинаторов предпочтут отдохнуть пару часов перед выполнением.

Чтобы определить, существует ли корреляционная связь между прокрастинацией в выполнении дел и бесцельным времяпровождением в социальных сетях, был применен критерий хи-квадрат Пирсона. Из всего числа респондентов 54,5% прокрастинирующих студентов довольно часто проводят время в соцсетях вместо того, чтобы заниматься более важными делами в сравнении с теми, кто не прокрастинирует и редко бесцельно проводит время в социальных медиа (28,9%).

Полученное значение коэффициента χ^2 значительно отличается от критического показателя ($23,003 > 11,1$ при $p \geq 0,05$ и ст. св. 5), что говорит о наличии статистической связи между измеряемыми признаками.

Ввиду того, что прокрастинаторам обычно не свойственно устанавливать себе жестко ограниченные временные рамки, был задан вопрос о долгосрочных задачах и сроках их выполнения. Лишь 8,5% никогда не откладывают решение долгосрочных заданий, 16,2% раз в месяц и реже, что также можно классифицировать как отсутствие тенденции прокрастинации у четверти опрошенных (23,1%), подобные предпосылки возникают несколько раз в месяц, а от одного раза в неделю до ежедневного промедления в выполнении долгосрочных заданий страдают 51,6% ответивших. Отсрочивание выполнения долгосрочных учебных заданий совершенно не является проблемой для 16,5% студентов, почти никогда не является для 21,5%, иногда является уже для 44,6%, всегда или почти всегда является для 17% респондентов. Подобное процентное соотношение говорит об актуальности проблемы данного вида промедлений для 61% студентов. Именно те студенты, которые отсрочивают раз в месяц и реже или практически никогда (продуктивные прокрастинаторы, которые откладывают выполнение действий или принятие решений на небольшой срок), отмечают, что данная тенденция не является для них проблемной областью – 39% и 41% соответственно. Относительно тех, кто промедляет пару раз в неделю (59,6%) или несколько раз в месяц (53,3%), для них лишь иногда отсрочивание является проблемой.

Далее были заданы вопросы относительно ежедневных заданий, выполнение которых необходимо для подготовки к ежедневным парам, где студент самостоятельно определяет время для выполнения заданий, подстраиваясь под темп и ритм своей работы. Относительно данного вопроса не было выявлено явного пе-

рекоса в сторону определенного значения, и процентное соотношение распределилось следующим образом: 22,7% промедляют до двух раз в неделю, 22,3% несколько раз в месяц, 16,5% раз в месяц и реже или вообще никогда, 12,7% от трех до пяти раз и 9,2% практически каждый день. Подобный результат позволяет сделать однозначный, рациональный вывод о том, что ежедневные учебные задания либо представляют значительный интерес, поэтому их сразу выполняют, либо в целом они не являются проблемой для студенческой молодежи, что подтверждает гипотезу о том, что прокрастинаторам свойственно нарушать установленные сроки для выполнения долгосрочных заданий из-за длинных временных сроков, неспособности рационально распределять время, отведенное на учебу, отсутствия планирования. Также наличие возможности студенту самостоятельно выбирать себе дедлайн, который, как правило, представляется нереалистичным, или же наличие гибких дат сдачи работ, когда находится множество более интересных занятий, которые отвлекают от действительно важных дел. Это подтверждается апробацией вопроса: является ли данная тенденция для студентов проблемой, на что были получены следующие значения: 39,6% отмечают, что иногда является проблемой, 26,9% – почти никогда не является, а для 20% – никогда не является, лишь для 13,1% является всегда или почти всегда. Также 26,2%, скорее всего, хотели бы снизить тенденцию к промедлению в выполнении ежедневных заданий, 25% определенно хотели, и для 14,2% это не является проблемой.

Предполагая актуальность данной темы для студенческой молодежи и отслеживая высокие показатели распространенности и степени академической прокрастинации, мы задались вопросом о том, будут ли студенты дальше демонстрировать прокрастинирующее поведение в выполнении стоящих перед ними задач и осознавать его, в результате чего

были получены следующие результаты: 55% говорят, что довольно и очень часто ловили себя на мысли на том, больше не будут прокрастинировать, 30,1% – редко и практически редко, 14,6% – практически редко и никогда.

Академическая прокрастинация проявляется у респондентов прежде всего в

откладывании выполнения долгосрочных учебных заданий (61,6% иногда и почти всегда является проблемой). В соответствии с полученными данными были определены возможные причины промедления в выполнении любого рода учебных заданий, как долгосрочных, так и ежедневных (рис.).



Рис. Причины откладывания учебно-академических заданий

Далее были изучены случаи, когда студенты охотно приступят к выполнению подобного рода задач: если работа будет очень интересная, разнообразная – 28,6%; если это будет приоритетной обязанностью, долгом – 23,8%; если получают от выполнения задания желаемое вознаграждение – 20,1%; если предстоит коллективная работа – 13,6%; если поможет кто-то из одногруппников – 5,9%; чтобы не расстраивать родителей, так как для них это важно, – 5,3%; 2,6% всегда выполняют учебно-академические задания с охотой.

Корреляционный анализ причин откладывания заданий на потом и полом, который выступил в качестве независимой переменной, показал значимые различия между юношами и девушками, которые выражены в следующем: 33,6% парней считают определенные учебные задания менее значимыми по сравнению с

другими учебными задачами, а у девушек данное значение составляет лишь 20,2%; не приступят к выполнению заданий, так как отсутствует желаемое вознаграждение за проделанную работу, 24,7% юношей (12,3% у девушек); не видят смысла в проделанной работе 19,2% юношей, по сравнению с 11,4% девушек; никак не могут себя заставить 12,3% парней и 9,6% девушек. Ситуация у девушек выглядит совершенно иным образом: 36% не могут сконцентрироваться, сосредоточиться на учебе (28,8% юношей); у 34,2% девушек порой нет настроения выполнять учебные задания (22,6% у парней); 14,9% девушек всегда приступают к выполнению заданий вовремя, в том время как у юношей данный показатель равен 9,6%.

Интересным представляются для дальнейшего анализа два наблюдения в вопросе: «В каких случаях Вы охотно

приступите к выполнению учебно-академических заданий, несмотря ни на что?», которые наиболее ярко выражены среди юношей – в случаях, когда предстоит коллективная работа в группе (39,7%, по сравнению с девушками, у которых 23,7% наблюдений) и когда им помогут кто-то из одноклассников (17,8%, а у девушек данный показатель 9,6%). Данные результаты интерпретируют развитое чувство уверенности в группе, коллективизм в сознании юношей, что позволяет им индивидуально регулировать объем материала и режим работы, это отчасти также может быть связано с тем, что работа коллективом позволяет юношам расслабиться и не принимать серьезного, активного, включенного участия в её деятельности, юноши предпочитают подождать, когда кто-либо за них сделает учебную работу. Относительно мнения девушек по данному вопросу, то преобладающее количество (62,3%) указывают, что приступят к выполнению, если посчитают это своим долгом или обязанностью, а у юношей это значение составляет 52,7%. Девушки же в данном случае в основном надеются на себя, предпочитают работать индивидуально, им проще контролировать процесс и качество полученных результатов.

Прокрастинатор преимущественно выбирает положительные эмоции, которые может ощутить безотлагательно, – отдых, развлечения, досуг, при этом не обращая внимания на отрицательные долгосрочные моменты. Ввиду этого целесообразно было выявить настроения, чувства, эмоциональные предпосылки студентов, которые решили не выполнять учебные задания, независимо от их срочности и временных затрат. Чувствуют напряжение и тревожное состояние 41,7%; испытывают страх, что за невыполнение заданий последуют негативные для них последствия, – 23,9%; угрызения совести и стыд переживают 14,1%; по 9,4% находятся в состоянии неуверенности, что их могут осудить окружающие, и

столько же испытывают удовлетворение, что потраченное время проведут с пользой в кругу семьи и друзей; абсолютно безразлично в этот момент, так как не видят в этом смысла, – 8,2%, а 4,1% проводят время с пользой для себя, абстрагируясь от всего; остальные в графе *другое* указали, что испытывают азарт от того, смогут ли выполнить задание в данный момент, не видят смысла в выполнении из-за формата домашних заданий, а видят лишь отсутствие перспектив в будущем; испытывают удовлетворение одновременно с напряжением; чувство вины и нестабильности; если промедлят, то тратят время на развитие; продумывают способы решения возможной проблемы; если задание не на завтра, то рады и идут отдыхать; всему свое время, выбирают момент подходящий, а также отметили, что ничего не испытывают совсем или же не попадали в такие ситуации вследствие продуктивности своей учебной деятельности.

Интерпретация полученных данных позволила подтвердить наличие проблемы академической прокрастинации и ее влияние на учебную мотивацию у студенческой молодежи. Профессиональные и учебно-познавательные мотивы выступают одними из движущих мотивов, направляющих студентов к академической деятельности. Именно в тех случаях, когда студент сам понимает значимость выбранной им специальности, он может сознательно ставить перед собой учебные цели и добиваться их исполнения, видеть возможности дальнейшего профессионального совершенствования и развития.

С помощью факторного анализа были выявлены основные категории, влияющие на формирование академической прокрастинации: причины (социальная тревожность, вызов, плохой перфекционизм, лень, сомнение в своих силах, отказ от ответственности и загруженность), личностные характеристики (организованность, импульсивность, мотивация избегания неудач, низкая самооценка и концентрация внимания).

Выводы

Ключевые моменты проведенного социологического исследования проблемы академической прокрастинации целесообразно представить в виде следующих содержательных выводов:

– преобладающим мотивом выступают профессиональные мотивы, отражающие уровень направленности студенческой молодежи на овладение выбранной специальности, желание приобрести профессиональные знания, умения и навыки, стремление сформировать профессионально-личностные качества будущего специалиста;

– отсутствие в сознании студенческой молодежи самоконтроля в процессе учебной деятельности подтвердилось факторным анализом, действия которого направляют и закрепляют отношение студента к себе как к продукту деятельности, в результате чего нарушается профессиональное внимание студентов к решению образовательной проблемы и становится ненаправленным на достижение конечного результата, к которому нужно стремиться;

– наиболее распространенная форма академической прокрастинации – откладывание выполнения долгосрочных учебных заданий;

– частота откладывания выполнения любой работы без видимой на то причины составляет 68,1%, а 31,9% не придерживаются подобной тенденции. При этом среди опрошенных, кто замечал за собой подобное поведение, больше половины юношей (70,5%), а девушек – 65%. Девушек-непрокрастинаторов оказалось 35,1%, а юношей – 29,5%, что позволяет сделать вывод о том, что преобладающее число прокрастинаторов составляют юноши;

– от ежедневного промедления в выполнении долгосрочных заданий страдают 51,6% ответивших, при этом 61% студентов отмечают, что данный вид является для них проблемной областью;

– среди наиболее распространенных причин академической прокрастинации

являются монотонность и утомительность учебных заданий, отсутствие учебного интереса и концентрации на выполнении дел, а также их сложность и трудоемкость;

– анализ случаев охотного выполнения учебно-академических задач позволил выделить такие моменты, как разнообразная и интересная работа, приоритетная задача, долг; возможность получить желаемое вознаграждение, где среди юношей наиболее распространен вариант «в случаях, когда предстоит коллективная работа в группе и когда им помогут кто-то из одноклассников». Девушки же в данном случае в основном надеются на себя, предпочитают работать индивидуально, им проще контролировать процесс и качество полученных результатов;

– в случаях, когда перед студентами стоит определенная задача или дело, выполнение которого ограничено сутками, то 53,7% непрокрастинаторов приступят к выполнению практически сразу, как только появится возможность, а 45,2% активных прокрастинаторов предпочтут отдохнуть пару часов перед выполнением. Именно подобное заблуждение активных прокрастинаторов, считающих, что перед выполнением срочных и важных дел им, с их точки зрения, стоит продемонстрировать умение рационально использовать время, приводит к постепенному формированию академической прокрастинации;

– относительно эмоционального состояния в моменты принятия решений о невыполнении учебных заданий, то студенты в основном чувствуют напряжение и тревожное состояние; испытывают страх, что за невыполнение заданий последуют негативные для них последствия; угрызения совести и стыд.

Анализ академической прокрастинации с социологической точки зрения некоего симбиоза или взаимосвязи с мотивационной составляющей в структуре сознания студентов позволил выявить зна-

чимую связь, определяющую наличие у студентов явно выраженных профессиональных и коммуникативных мотивов к обучению, закладывающих определение четких целей и задач.

Ввиду этого прокрастинация в подавляющем большинстве случаев носит дестабилизирующую ориентацию, которая закрепляется как устойчивая черта личности, препятствующая эффективному развитию и адаптации человека к новым условиям.

Дальнейшие социологические исследования, проводимые учёными, должны учитывать целый комплекс теоретико-методологических оснований, на основании которых представляется возможным представить феномен академической прокрастинации во всей целостности и совокупности:

– включение апробированных опросников изучения академической прокрастинации на российской выборке, содержащих индивидуальные, социальные, психологические причины, а также влияние ситуационных факторов, прямо и косвенно влияющих на формирование и

закрепление академической прокрастинации;

– необходимость проведения лонгитудных исследований, мониторинга возможных причин формирования академической прокрастинации, которые могут быть либо стабильными, либо изменяться в зависимости от личностно-психологических, ситуационных причин, а также в контексте времени;

– включение в исследования особенностей стилевых особенностей обучения студентов в образовательных учреждениях разного уровня;

– необходимость проведения, систематизации и обобщения результатов социологических исследований на больших выборках, фиксирующих наличие достоверных, статистически значимых взаимосвязей, отражая значимость для социально-психологического и соматического здоровья и благополучия личности;

– возможность рассмотрения академической прокрастинации у студентов вузов различного профиля, направленности обучения, которая теоретически может иметь значимые различия.

Список литературы

1. Рызова С. В. Особенности временной перспективы у учащейся молодежи с различным уровнем выраженности прокрастинации и социально-психологической адаптации // Вестник психиатрии, неврологии и нейрохирургии. 2018. № 3. С. 38–43.
2. Обозная М. В. Феномен прокрастинации или тенденция к «откладыванию на потом» // Наука молодых – будущее России: сборник научных статей IV Международной научной конференции перспективных разработок молодых ученых: в 8 т. Курск: Университетская книга, 2019. С.185-188.
3. 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.
4. Ильченко А. М. Психологические предикаты прокрастинации студентов // Научные исследования и инновационные разработки. 2017. № 4. С. 20-24.
5. Обозная М. В. Подход к академической прокрастинации с точки зрения социологии // Гуманитарные проблемы современности: сборник материалов Международной научно-практической конференции и круглого стола / Юго-Зап. гос. ун-т. Курск, 2019. С. 98-101.
6. Моросанова В. И. Саморегуляция и индивидуальность человека. М.: Наука, 2010. 519 с.
7. Барабанщикова В. В., Марусанова Г. И. Перспективы исследования феномена прокрастинации в профессиональной деятельности // Национальный психологический журнал. 2015. № 4(20). С.130-140.

8. Чеврениди А. А. Взаимосвязь временной перспективы и прокрастинации у сотрудников разного должностного статуса: дис. ... канд. психол. наук. М., 2019. 196 с.
9. Esther Rothblum, Laura J Solomon. Affective, Cognitive, and Behavioral Differences Between High and Low Procrastinators // *Journal of Counseling Psychology*. 1996. N 33(4). P. 387-394.
10. Balkis M., Duru E., Bulus M. Analysis of the relation between academic procrastination, academic rational/irrational beliefs, time preferences to study for exams, and academic achievement: a structural model // *Eur Psychol Educ*. 2013. N 28. P. 825–839.
11. Senecal C., Koestner R., Vallerand R. Self-Regulation and Academic Procrastination // *The Journal of Social Psychology*. 1995. N 135(5). P. 607–619.
12. Esther Rothblum, Laura J. Solomon. Affective, Cognitive, and Behavioral Differences Between High and Low Procrastinators // *Journal of Counseling Psychology*. 1996. N 33(4). P. 387-394.
13. Klassen Robert M., Kuzucu Elçin. Academic procrastination and motivation of adolescents in Turkey // *Educational Psychology*. 2009. N 29(1). P. 69-81.
14. Phaet K., Claes W. A comparative study of Turkish and Belgian youth // *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 1993. N 24. P. 319–343.
15. Колесниченко М. Б. Социологический подход к студенческой прокрастинации // *Вестник Пермского национального исследовательского политехнического университета. Социально-экономические науки*. 2018. № 2. С.17-26.
16. Чернышева Н. А. Прокрастинация: актуальное состояние проблемы и перспективы изучения // *Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Психологические и педагогические науки*. 2016. № 1. С. 17-26.
17. Зверева М. В. Шкала оценки академической прокрастинации PASS. Методические рекомендации. М.: Сам Полиграфист, 2018. 28 с.
18. Обозная М. В. Академическая прокрастинация: основное противоречие и перспектива исследования // *Актуальные проблемы региональной социологии: сборник статей Всероссийской научно-практической конференции с международным участием / Юго-Зап. гос. ун-т. Курск, 2020. С. 131-133.*
19. Якунин В. А. Психология учебной деятельности студентов. М.: Логос., 1994. 157 с.
20. Реан А. А., Коломинский Я. Л. Социальная педагогическая психология. СПб.: Питер, 2000. 416 с.
21. Бадмаева Н. Ц. Влияние мотивационного фактора на развитие умственных способностей. Улан-Удэ: Изд-во Восточно-Сибирского государственного университета технологий и управления, 2005. 203 с.

References

1. Ry`zova S. V. Osobennosti vremennoj perspektivy` u uchashhejsya molodezhi s razlichny`m urovnem vy`razhennosti prokrastinacii i social`no-psixologicheskoy adaptacii [Features of the time perspective in students with different levels of procrastination and socio-psychological adaptation]. *Vestnik psixiatrii, nevrologii i nejroxirurgii = Bulletin of Psychiatry, Neurology and Neurosurgery*, 2018, no. 3, pp. 38–43.
2. Oboznaya M. V. [The phenomenon of procrastination or the tendency to "postpone for later"]: *Nauka molody`x – budushhee Rossii. Sbornik nauchny`x statej IV Mezhdunarodnoj nauchnoj konferencii perspektivny`x razrabotok molody`x ucheny`x* [Science of the young – the future of Russia. A collection of scientific articles of the 4th International Scientific Conference of promising developments of young scientists]. Kursk, Universitetskaya kniga Publ., 2019, pp.185-188. (In Russ.)
3. Karlovskaya N. N., Baranova R. A. Vzaimosvyaz` obshhej i akademicheskoy prokrastinacii i trevozhnosti u studentov s raznoj akademicheskoy uspevaemost`yu [The relationship between general and

academic procrastination and anxiety in students with different academic performance]. *Psixologiya v vuze = Psychology at the University*, 2008, no. 3, pp. 38-49.

4. Il'chenko A. M. Psixologicheskie predikaty` prokrastinacii studentov [Psychological predicates of students' procrastination]. *Nauchny'e issledovaniya i innovacionny'e razrabotki = Scientific Research and Innovative Developments*, 2017, no. 4, pp. 20-24.

5. Oboznaya M. V. [Approach to academic procrastination from the point of view of sociology] Gumanitarny'e problemy` sovremennosti. Sbornik materialov Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii i kruglogo stola [Humanitarian problems of our time. The collection of materials of the International scientific and Practical Conference and the round table]. Kursk, Southwest State University Publ., 2019, pp. 98-101. (In Russ.)

6. Morosanova V. I. Samoregulyaciya i individual'nost` cheloveka [Self-regulation and human individuality.]. Moscow, Nauka Publ., 2010. 519 p.

7. Barabanshnikova V. V., Marusanova G. I. Perspektivy` issledovaniya fenomena prokrastinacii v professional'noj deyatel'nosti [Prospects for the study of the phenomenon of procrastination in professional activity]. *Nacional'nyj psixologicheskij zhurnal = National Psychological Journal*, 2015, no. 4(20), pp. 130-140.

8. Chevenidi A. A. Vzaimosvyaz` vremennoj perspektivy` i prokrastinacii u sotrudnikov raznogo dolzhnostnogo statusa. Diss. kand. psihol. nauk [The relationship of time perspective and procrastination in employees of different official status. Cand. psychol. sci. diss.]. Moscow, 2019. 196 p.

9. Esther Rothblum, Laura J Solomon. Affective, Cognitive, and Behavioral Differences Between High and Low Procrastinators. *Journal of Counseling Psychology*, 1996, no. 33(4), pp. 387-39.

10. Balkis M., Duru E., Bulus M. Analysis of the relation between academic procrastination, academic rational/irrational beliefs, time preferences to study for exams, and academic achievement: a structural model. *Eur Psychol Educ*, 2013, no. 28, pp. 825-839.

11. Senecal C., Koestner R., Vallerand R. Self-Regulation and Academic Procrastination. *The Journal of Social Psychology*, 1995, no. 135(5), pp. 607-619.

12. Esther Rothblum, Laura J. Solomon. Affective, Cognitive, and Behavioral Differences Between High and Low Procrastinators. *Journal of Counseling Psychology*, 1996, no. 33(4), pp. 387-394.

13. Klassen Robert M., Kuzucu Elçin. Academic procrastination and motivation of adolescents in Turkey. *Educational Psychology*, 2009, no. 29(1), pp. 69-81.

14. Phaet K., Claes W. A comparative study of Turkish and Belgian youth. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 1993, no. 24, pp. 319-343.

15. Kolesnichenko M. B. Sociologicheskij podxod k studencheskoj prokrastinacii [A sociological approach to student procrastination]. *Vestnik Permskogo natsional'nogo issledovatel'skogo politekhnicheskogo universiteta. Social'noe`konomicheskie nauki = Bulletin of Perm National Research Polytechnic University. Socio-economic sciences*, 2018, no. 2, pp. 17-26.

16. Cherny'sheva N. A. Prokrastinaciya: aktual'noe sostoyanie problemy` i perspektivy` izucheniya [Procrastination: current state of the problem and prospects for studying]. *Vestnik Permskogo gosudarstvennogo humanitarno-pedagogicheskogo universiteta. Psixologicheskie i pedagogicheskie nauki = Bulletin of the Perm State Humanitarian Pedagogical University. Psychological and Pedagogical Sciences*, 2016, no. 1, pp. 17-26.

17. Zvereva M. V. Shkala ocenki akademicheskoy prokrastinacii PASS. Metodicheskie rekomendacii [Academic procrastination Assessment Scale PASS. Methodological recommendations]. Moscow, Sam Poligrafist Publ., 2018. 28 p.

18. Oboznaya M. V. [Academic procrastination: the main contradiction and the perspective of research]. Aktual'ny'e problemy` regional'noj sociologii. Sbornik statei Vserossijskoj nauchno-prakticheskoy konferencii s mezhdunarodny'm uchastiem [Actual problems of regional sociology. Collection of the All-Russian Scientific and practical conference with international participation]. Kursk, Southwest State University Publ., 2020, pp. 131-133. (In Russ.)

19. Yakunin V. A. Psixologiya uchebnoj deyatel'nosti studentov [Psychology of educational activity of students]. Moscow, Logos Publ., 1994. 157 p.

20. Rean A. A., Kolominskij Ya. L. Social'naya pedagogicheskaya psixologiya [Social pedagogical psychology]. St. Petersburg, Piter Publ., 2000. 416 p.

21. Badmaeva N. Cz. Vliyanie motivacionnogo faktora na razvitie umstvenny'x sposobnostej [The influence of the motivational factor on the development of mental abilities]. Ulan-Ude', Vostochno-Sibirskogo gosudarstvennogo universiteta tekhnologii i upravleniya Publ., 2005. 203 p.

Информация об авторах / Information about the Authors

Ветрова Оксана Александровна, кандидат социологических наук, доцент кафедры философии и социологии, Юго-Западный государственный университет, г. Курск, Российская Федерация,
e-mail: oksana7vet@yandex.ru

Oksana A. Vetrova, Candidate of Sociological Sciences, Associate Proffessor of the Department of Philosophy and Sociology, Southwest State University, Kursk, Russian Federation,
e-mail: oksana7vet@yandex.ru

Обозная Мария Владимировна, аспирант кафедры философии и социологии, Юго-Западный государственный университет, г. Курск, Российская Федерация,
e-mail: manayoboz@mail.ru,
ORCID: 0000-0002-1122-0397

Mariya V. Oboznaya, Post-Graduate Student of the Department of Philosophy and Sociology, Southwest State University, Kursk, Russian Federation,
e-mail: manayoboz@mail.ru,
ORCID: 0000-0002-1122-0397