

Секция «Социальная психология: проблемы исследования личности в группе»

Особенности личностной организации времени и академическая прокрастинация в учебной деятельности студентов

Научный руководитель – Болотова Алла Константиновна

Чеврениди Анастасия Андреевна

Аспирант

Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Факультет социальных наук, Москва, Россия
E-mail: chewrenidi2011@yandex.ru

Рациональное использование времени в современном мире приобретает особую значимость, о чем свидетельствует увеличивающийся интерес к технологиям тайм-менеджмента и возрастание количества научных публикаций по данной проблематике. Рациональное распределение времени является проявлением "своевременности", являющейся важнейшим качеством личности, которое приобретает и развивается в процессе жизнедеятельности. Так, своевременность, проявляющаяся в деятельности, получила наименование временной компетентности личности, которую А.К. Болотова понимает как адекватное временное восприятие, связанное со сформированностью у личности навыков планирования времени, рационального перераспределения временных приоритетов, а также соблюдением правил тайм-менеджмента [1]. Систематическое несоблюдение сроков выполнения поставленных задач приводит к рассогласованию общественного и личностного времени, что приводит к снижению продуктивности деятельности и жизни в целом. Данное явление нашло отражение в понятии "прокрастинация" и завоевало огромный интерес со стороны общественности, получив освящение в современной научной литературе. Как правило, прокрастинация понимается, как склонность индивида к систематическому откладыванию "на потом" принятия ограниченных во времени решений и их выполнение.

Изучение академической прокрастинации, с нашей точки зрения, заслуживает особого интереса в контексте подготовки будущих специалистов с целью оптимизации образовательного процесса, выделения групп риска, а также организации учебно-воспитательной и психологической работы со студентами, имеющими трудности в обучении. Целью нашего исследования стало изучение академической прокрастинации и особенностей организации времени студентами ВУЗа. В качестве гипотезы было выдвинуто предположение о том, что существует определенная взаимосвязь между показателем временной компетентности студентов и выраженностью у них академической прокрастинации. Также мы выдвинули гипотезу о том, что есть определенная взаимосвязь между уровнем прокрастинации и типом временной ориентации. Для сбора эмпирических данных в нашем исследовании были применены следующие методики: опросник С.И. Калинина "Профессиональная компетентность во времени", "Шкала студенческой прокрастинации" С.Н. Lau (в адаптации Т.Ю. Юдеевой, Н.Г. Гаранян, Д.Н. Жуковой), методика О.В. Кузьмина "Личностные дезорганизаторы времени" и методика Ф. Зимбардо на выявление временной перспективы в адаптации А. Сырцово, Е.Т. Соколовой и О.В. Митиной [2;5;3;4]. Эмпирической базой нашего исследования стал Национальный исследовательский университет "Высшая школа экономики". В исследовании приняли участие 60 студентов факультета социальных наук, очной формы обучения, в возрасте от 18 до 25 лет.

При проведении опросника временной перспективы Ф. Зимбардо (ZTPI) в адаптации А. Сырцовой, Е.Т. Соколовой и О.В. Митиной, направленном на выявление определенной временной ориентации личности, нами было установлено, что студенты имеют ориентацию на временные перспективы гедонистического настоящего и позитивного прошлого.

Однако, следует отметить, что те участники, у которых был выявлен высокий показатель прокрастинации (62-72 балла), были ориентированы на негативное прошлое, а те студенты, у которых был низкий показатель прокрастинации (25-40 баллов), наоборот, были ориентированы на будущее [4]. В результате проведения методики С.И. Калинина и сравнения подгрупп студентов с разным уровнем прокрастинации с применением одностороннего дисперсионного анализа Краскела-Уоллиса были выявлены достоверные различия в выраженности интегрального показателя персональной компетентности во времени ($\chi^2 = 17,05$; $p < 0,01$). Среднее значение временной компетентности студентов с низким показателем академической прокрастинации составило 37 баллов, что является средней или нормальной временной компетентностью, проявляющейся в способности управлять своим временем и правильно расставлять временные приоритеты деятельности. Среднее значение временной компетентности студентов со средним показателем выраженности прокрастинации составило 27 баллов, что является низкой выраженностью способности к временной организации своей деятельности, как учебной, так и профессиональной. Низкий уровень временной компетентности наблюдается у студентов с высокой выраженностью академической прокрастинации (24 балла), что свидетельствует об их неумении справляться с внешними и внутренними помехами, которые могут вызвать непродуктивные потери времени в различных ситуациях [2].

Корреляционный анализ показателей академической прокрастинации и студенческой временной компетентности с применением коэффициента ранговой корреляции Спирмена показал, что между показателем прокрастинации по шкале С.Н. Lay и показателем временной компетентности учащихся есть корреляционная взаимосвязь ($r = 0,432$; $p < 0,01$). Также в результате нашего эмпирического исследования с помощью методики "Личностные дезорганизаторы времени" было установлено, что есть достоверная взаимосвязь показателя академической прокрастинации с результатами по шкале "организационных дезорганизаторов" ($r = 0,323$; $p < 0,01$).

В результате проведенного исследования была выявлена значимая взаимосвязь между прокрастинацией студентов и определенным типом их временной перспективы, показателем временной компетентности личности и персональными дезорганизаторами времени, тем самым подтвердив выдвинутую нами гипотезу. Все это обосновывает необходимость дальнейшего исследования студенческой прокрастинации в ее взаимосвязи с особенностями временной организации деятельности, чему и будет посвящено наше дальнейшее исследование.

Источники и литература

- 1) Болотова А.К. Человек и время в познании, деятельности, общении; Гос. ун-т - Высшая школа экономики. - М.: Изд. дом ГУ ВШЭ, 2007. - 283 с.
- 2) Калинин С.И. Тайм-менеджмент: Практикум по управлению временем. - Спб.: Речь., 2006. - 371 с.
- 3) Кузьмин О.В. Методика диагностики личностных дезорганизаторов времени. Психологические исследования, 2011, №6 (20). - 12 с.
- 4) Сырцова А., Соколова Е.Т., Митина О.В. Адаптация опросника временная перспектива личности Ф. Зимбардо. Психологический журнал, 2008, Т. 29, №3, с. 101-109.
- 5) Юдеева Т.Ю., Гаранян Н.Г., Жукова Д.Н. Апробация опросника студенческой прокрастинации С. Lay // Психологическая диагностика: науч. метод и практ. журн. - 2011 - №2. - С.84-94.