

*На правах рукописи*



**Жаркова Светлана Валерьевна**

**ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ  
ОСОБЕННОСТИ КАК ПРЕДИКТОРЫ ПРОКРАСТИНАЦИИ У  
СУБЪЕКТОВ РАЗНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Специальность 5.3.1. (19.00.01) – Общая психология, психология личности, история психологии

**АВТОРЕФЕРАТ**  
диссертации на соискание ученой степени  
кандидата психологических наук

Челябинск – 2022

Работа выполнена в ФГАОУ ВО «Южно-Уральский государственный университет (национальный исследовательский университет)».

**Научный руководитель:** Горелова Галина Газимовна, доктор психологических наук, профессор, старший научный сотрудник кафедры общей психологии, психодиагностики и психологического консультирования, ФГАОУ ВО «Южно-Уральский государственный университет (НИУ)»

**Официальные оппоненты:** Микляева Анастасия Владимировна доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры психологии человека ФГБОУ ВО «Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена»

Солынин Никита Эдуардович, кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогической психологии ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический университет им. К. Д. Ушинского»

**Ведущая организация:** Балашовский институт (филиал) ФГБОУ ВО «Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского».

Защита диссертации состоится «15» июня 2022 года, в '12.00' часов, на заседании объединенного диссертационного совета 99.2.016.02 (Д 999.060.02), при ФГАОУ ВО «Южно-Уральский государственный университет (национальный исследовательский университет)», ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет» по адресу: 454080, г. Челябинск, пр. Ленина, д.76, ауд. 1001, e-mail: [berezovskaiail@susu.ru](mailto:berezovskaiail@susu.ru)

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке и на сайте ФГАОУ ВО «ЮУрГУ (НИУ)» <https://www.susu.ru/ru/dissertation/99201602-d-99906002/zharkova-svetlana-valerevna>

Автореферат диссертации разослан «\_\_» апреля 2022 года.

Ученый секретарь  
диссертационного совета



С.В. Морозова

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

**Актуальность темы исследования.** В условиях современных реалий, обусловивших усиление непредсказуемости и динамичности бытия, деятельность человека нередко сопровождается стрессами. Зачастую, они связаны с необходимостью работы в непривычных форматах активного внедрения разного рода инноваций, включая, в том числе дистанционные формы труда. Данные трансформации могут приводить к потере контроля над собственным временем и важными для личности событиями не только в деловой, но и в семейной сферах.

Динамика происходящих изменений порождает предъявление все более повышающихся требований к компетенциям и профессионализму субъекта труда и, соответственно, направленности его личности, обеспечивающих продуктивность деятельности. К одному из негативных факторов, влияющих на функционирование личности, можно отнести сравнительно недавно попавший в фокус исследований феномен прокрастинации – откладывания важных дел и решений "на потом". Прокрастинация в целом может препятствовать развитию личности, производства и общественно-политических отношений.

По опубликованным данным, одна треть людей во всем мире сталкивается с проблемой несвоевременного завершения дел и откладывая их «на потом». Более того, как отмечают многие авторы (В.С. Ковылин, М.А. Лученкова, Т.М. Тронь, А.А. Чевриниди, J.R. Ferrari, P. Steel и др.), уровень прокрастинации за последние несколько лет значительно повысился. Негативные последствия данного феномена, такие как снижение эффективности субъекта в индивидуальной деятельности и продуктивности организации в целом приводят к уменьшению оплаты труда, текучести кадров, увольнениям и безработице. Неблагоприятные эффекты прокрастинации препятствуют развитию субъекта в других областях жизнедеятельности (в учебе, семейных и межличностных отношениях).

Соответственно, в научном дискурсе феномен прокрастинации рассматривается как значительная проблема личности и существенная социальная проблема, приобретающая особую остроту в настоящий период, когда все общество подвержено острому стрессу, вызванному общественно-политическими событиями и эпидемиологической обстановкой. Сложившиеся обстоятельства актуализируют ракурс внимания на негативных коннотациях прокрастинации в сфере физического и психического здоровья. Это может выражаться в отсутствии профилактического поведения, направленного на сохранение здоровья, в неудовлетворенности результатами деятельности, порождающей негативные эмоции неуверенности, вины, тревожности, что отражается на психическом благополучии личности.

**Степень разработанности проблемы.** Изучение проблемы прокрастинации получает значительное распространение в современной мировой психологической науке. Однако отсутствие концептуального понимания феномена прокрастинации, единого определения и классификации ее типов и видов, а также основных объяснительных механизмов, признаваемое большинством исследователей, актуализирует интерес к данной теме. Исследования проходят в нескольких плоскостях, но зачастую носят фрагментарный характер. В значительной степени доминируют исследования академической прокрастинации. Данный ее вид является наиболее распространенным и провоцирует возникновение серьезных проблем в академической сфере (исследования О.С. Виндекер, Л.А. Забродиной, О.В. Кариной, М.А. Лученковой, А.В. Микляевой, Т.Л. Сморгаловой, Н.А. Рудновой, Е. И. Сибирцевой, Н.Э. Сольниной, А.В. Лингурарь, С.В. Рызовой, Т.М. Тронь, О.О. Шемякиной, G. Ainslie, J.R. Ferrari, J.L. Johnson, N. Milgram, С.Н. Lay и др.).

В последние годы все большую популярность приобретает подход к изучению прокрастинации как устойчивой личностной диспозиции. Соответственно возникает интенсификация исследовательской работы в области изучения связи прокрастинации с индивидуально-психологическими особенностями субъекта, которые могут обладать прогностическими показателями предрасположенности к прокрастинации.

Вопрос о проявлении прокрастинации в деятельности (профессиональной, трудовой), то есть на рабочем месте, на сегодняшний день является недостаточно изученным. В отечественной психологии исследования проводились в основном в педагогической и спортивной деятельности (В.В. Барабанщикова, А.Ч. Вырвич и др.). Вне поля зрения исследователей остались проявления прокрастинации в более широком спектре деятельностей или в рамках конкретной профессиональной деятельности, на что указывается в работах В.В. Барабанщиковой, О.С. Виндекер, Г.И. Марусановой, М.В. Останиной.

Как следует из ряда работ О.С. Виндекер, Н.А. Рудновой, прокрастинация – явление исключительно индивидуальное, связанное с определенными врожденными свойствами личности, например, темперамент или социально обусловленными свойствами, приобретенными в процессе развития. Однако проявление этих «задатков» прокрастинации, как показывает ряд исследований, дифференцируется в зависимости от вида деятельности субъекта и условий организации этой деятельности. К ним можно отнести условия функционирования предприятия: форму и организацию деятельности, высоко конкурентную среду, динамические изменения стратегий деятельности и т.д. Деструктивное воздействие личностной прокрастинации на успешность деятельности субъекта не может быть раскрыто в полной мере, если не произвести сравнения ее проявлений. Например, в различных видах

деятельности субъекта (учебной, трудовой), с учетом условий, в которых каждый из этих видов деятельности реализуется (опыт субъекта, стаж его деятельности). Рассмотрение всех названных факторов и должно стать базой для выделения тех личностных свойств и индивидуальных особенностей субъекта, которые могут послужить общими либо частными предикторами и протекторами прокрастинации в конкретном виде деятельности.

Итак, выявляется **противоречие** между запросом, существующим в общественном сознании на поиск путей выявления и преодоления прокрастинации и недостаточностью разработанности этой проблемы.

Исходя из вышеизложенного, мы избрали следующую тему для исследования: **«Индивидуально-психологические особенности как предикторы прокрастинации у субъектов разных видов деятельности».**

**Цель исследования:** выявление комплекса индивидуально-психологических особенностей, которые могут быть отнесены к предикторам (или протекторам) прокрастинации, влияющими на формирование и выраженность прокрастинации у субъектов разных видов деятельности.

**Объект исследования:** прокрастинация как устойчивая личностная диспозиция.

**Предмет исследования:** индивидуально-психологические особенности субъектов разных видов деятельности как предикторы и протекторы прокрастинации.

**Задачи исследования:** для достижения поставленной цели необходимо решение следующих задач:

1. Провести теоретический анализ проблемы прокрастинации в контексте личностного и субъектно-деятельностного подходов.

2. Выявить выраженность прокрастинации и различия в уровнях ее проявления у субъектов учебной, инженерно-технической и административно-управленческой деятельности.

3. Установить взаимосвязь между выраженностью личностной прокрастинации и индивидуально-психологическими особенностями субъектов деятельности.

4. Изучить различия в психологических профилях, а также в паттернах поведения в фрустрирующих ситуациях принятия решений у субъектов деятельности с различными уровнями выраженности прокрастинации.

5. На основе полученных данных выделить комплексы индивидуальных и личностных предикторов и протекторов прокрастинации у субъектов изучаемых видов деятельности для диагностики и прогнозирования предрасположенности к прокрастинации.

**Гипотезы исследования:**

1. Имеются различия в уровнях проявления прокрастинации у субъектов в зависимости от вида деятельности.

2. Уровень выраженности прокрастинации у субъектов связан с определенными индивидуально-психологическими особенностями, а также с мотивацией, направленность которой (на достижение, избегание и готовность к риску), может быть рассмотрена в качестве предиктора или протектора прокрастинации.

3. Субъекты деятельности с полярными уровнями выраженности прокрастинации различаются по ряду индивидуально-психологических особенностей, а также по набору используемых комплексов реакций в ситуациях фрустрации, возникающих в деятельности.

4. У субъектов разных видов деятельности определенные индивидуально-психологические особенности (социально обусловленные и генетически детерминированные) могут обладать предсказательным (футурологическим) значением с позиции предрасположенности или динамики развития прокрастинации и выступать ее предикторами или протекторами.

**Теоретико-методологические основы исследования.** Базовыми выступили личностный подход (Б.Г. Ананьев, Д.А. Леонтьев и др.), субъектно-деятельностный подход (Л.И. Анцыферова, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн и др.) и подходы к изучению структурных особенностей личности (Г.Г. Горелова, В.Г. Грязева-Добшинская, Е.А. Рыльская, Носкова О.Г. и др.). Частными научными концепциями послужили представления о прокрастинации (В.В. Барабанщикова, О.С. Виндекер, М.В. Зверева, О.В. Карина, М.А. Киселева, М.А. Лученкова, А.В. Микляева, Н.А. Руднова, Н.Э. Солынин, Т.М. Тронь, О.О. Шемякина, P. Steel, L. Solomon, E.D. Rothblum, J. Ferrari и др.).

**Методы исследования.** Теоретический анализ литературы по проблеме прокрастинации. Сравнение существующих подходов к ее пониманию и обобщение существующих теоретических исследований. Метод комплексного исследования, диагностические и проективные методы сбора эмпирических данных (опрос, изучение документации, тестирование). Методы статистической обработки и анализа данных: критерий согласия Колмогорова-Смирнова, первичные описательные статистики, сравнительный анализ (t-критерий Стьюдента), корреляционный анализ (коэффициент линейной корреляции Пирсона), однофакторный дисперсионный анализ ANOVA и регрессионный анализ. Расчеты осуществлялись с помощью пакета прикладных компьютерных программ универсальной обработки данных «Microsoft EXEL XP» и «SPSS - 26».

В исследовании были использованы следующие методики: Калифорнийский психологический опросник (CPI), шкала общей прокрастинации (General Procrastination Scale) С.Н. Lay (адаптация

О.С. Виндекер, М.В. Останиной), тест-опросник Г. Айзенка ЕРІ (адаптация А.Г. Шмелева), методика измерения уровня тревожности Дж. Тейлора (адаптация В.Г. Норакидзе), методики диагностики личности на мотивацию к успеху и избеганию неудач Т. Элерса, методика диагностики степени готовности к риску Шуберта, рисуночный тест «Деловые ситуации» Н.Г. Хитровой.

#### **Основные этапы исследования:**

1 этап (2018-2019 гг.) – теоретический анализ литературы по проблеме прокрастинации; изучение основных подходов и структуры феномена; разработка программы, постановка целей и задач исследования.

2 этап (2019-2021 гг.) – подбор инструментария для диагностики мотивации, личностных характеристик, индивидуальных особенностей и выраженности прокрастинации у субъектов учебно-профессиональной, инженерно-технической и административно-управленческой деятельности; проведение эмпирического исследования.

3 этап (2021-2022 гг.) – обработка результатов эмпирического исследования, интерпретация и описание данных, оформление и публикация результатов исследования.

**Характеристика выборки:** Эмпирическая база исследования составила 193 человека и состояла из субъектов учебной (студенты) и профессиональной деятельности (специалисты инженерно-технической и административно-управленческой деятельности строительного предприятия «Независимый технический контроль в строительстве», ООО «НТКС»). В нее вошли:

1. Студенты-бакалавры дневной формы обучения архитектурно-строительного факультета и факультета экономики и управления ФГАОУ ВО «Южно-Уральский государственный университет (НИУ)» 1-2 курсов (34 человека) и 3-4 курсов (35 человек). Средний возраст 18,8 лет, стаж работы отсутствует.

2. Специалисты в сфере инженерно-технической деятельности, выполняющие функции производственного назначения, – группа, разделенная на 2 подгруппы по формам оплаты труда: подгруппа с повременной оплатой труда (32 человека) и со сдельной оплатой труда (30 человек). Средний возраст 33,8 года;

3. Специалисты в области административно-управленческой деятельности строительного бизнеса – группа, разделенная по критерию стажа работы на 2 подгруппы: со стажем менее 10 лет (31 человек) и со стажем более 10 лет (31 человек). Средний возраст 35 лет.

#### **Научная новизна исследования.**

Комплексный характер исследования позволил впервые выявить особенности проявления прокрастинации у субъектов в зависимости от выполняемой деятельности, опыта и мотивации труда. Обнаружены и описаны комплексы психологических предикторов и протекторов

прокрастинации в учебной, инженерно-технической и административно-управленческой деятельности, что является актуальным для современной практической психологии.

Изучены индивидуально-психологические особенности субъектов разных видов деятельности с высоким и низким уровнями прокрастинации, а также особенности их поведения в конфликтной фрустрирующей ситуации при принятии решений в деятельности, что ранее не было изучено.

Разработана концептуальная модель особенностей, условий и источников проявления прокрастинации в деятельности, обладающая прогностическими возможностями для выявления предикторов и протекторов прокрастинации у субъектов учебной, инженерно-технической и административно-управленческой деятельности.

**Теоретическая значимость исследования.** Исследование развивает концептуальное понимание и теоретические представления о связи прокрастинации с генетическими и социально обусловленными индивидуально-психологическими особенностями субъектов в части влияния на них характера деятельности. Данный фокус исследования может быть плодотворным для понимания природы этих взаимосвязей и механизмов, лежащих в основе личностной прокрастинации.

Расширено предметное поле феномена прокрастинации за счет дифференциации и сравнения проявлений прокрастинации у субъектов учебной, инженерно-технической и административно-управленческой деятельности. Обобщены и систематизированы представления о механизмах психологической защиты (сгруппированных по степени осознанности действия откладывания) и совладания (копинг-поведения) личности, открывающие возможности для преодоления влияния прокрастинации. На основе личностного и субъектно-деятельностного подходов, а также углубленного теоретического анализа и обобщения современных исследований по проблеме прокрастинации разработана концептуальная модель особенностей, условий и источников проявления личностной прокрастинации в деятельности. Введены понятия протекторов и предикторов прокрастинации у субъектов разных видов деятельности и обосновано их содержание.

**Практическая значимость исследования.** Выделенные общие и частные индивидуальные и личностные предикторы и протекторы прокрастинации субъектов могут использоваться при наборе в вузы для прогноза системности работы студента, предупреждения «отсевов» и при кадровом отборе на предприятиях. Полученные результаты применимы в качестве инструмента для просветительской и образовательной работы, направленной на выявление и профилактику личностной прокрастинации у субъектов деятельности. Представленный комплекс психодиагностических методик может использоваться в индивидуальном и групповом



консультировании для диагностики и прогнозирования проявления прокрастинации в деятельности. Апробированные и опубликованные результаты уже востребованы в процессе дистанционного обучения студентов в ФГАОУ ВО «Южно-Уральский государственный университет (НИУ)» и при работе по подбору кадров в Российской строительной коммерческой организации ООО «Независимый технический контроль в строительстве».

**Надежность и достоверность результатов исследования** обеспечивается применением комплекса теоретических и эмпирических методов исследования, адекватных объекту, предмету, цели и задачам исследования; большим объемом собранных для анализа результатов; использованием современных методов математической статистики для количественной и качественной обработки данных, включенностью автора исследования в деятельность предприятия ООО «НТКС» в качестве специалиста по кадровому делопроизводству и консультанта по подбору персонала.

**Положения, выносимые на защиту:**

1. Модель особенностей, условий и источников проявления прокрастинации может быть представлена следующими компонентами: особенности проявления прокрастинации по видам деятельности; условия, влияющие на проявление прокрастинации в деятельности; источники ее проявления; а также индивидуально-психологические особенности личности, влияющие на выраженность прокрастинации, – предикторы и протекторы прокрастинации.

2. Личностная прокрастинация при сравнении ее проявления в группах субъектов, дифференцированных по видам деятельности, имеет значимые различия.

3. Мотивация достижения успеха и готовность к риску могут выступать либо протектором, либо предиктором прокрастинации в зависимости от вида деятельности.

4. Существуют связи прокрастинации с рядом социально обусловленных (личностная мотивация, психологические свойства по методике CPI) и генетически детерминированных (экстраверсия, нейротизм, тревожность) индивидуально-психологических особенностей личности.

5. Определены предикторы и протекторы прокрастинации у субъектов определенных видов деятельности. Для всех изученных видов деятельности общим предиктором прокрастинации является высокая тревожность. Для профессиональной деятельности общими предикторами прокрастинации выступают сверхгибкость и экстраверсия. Остальные протекторы и предикторы являются вариативными (частными) для каждого из изученных видов деятельности.

**Соответствие диссертации паспорту научной специальности.** Научные положения, отраженные в диссертации, соответствуют области исследования специальности 5.3.1. (19.00.01) – «Общая психология, психология личности, история психологии»: п. 30 «Индивид, личность, индивидуальность. Структура личности. Проблема субъекта в психологии», п. 27 «Устойчивость и ситуативная обусловленность поведения. Жизнестойкость личности. Черты личности, их диагностика. Психометрика. Конструирование и апробация опросников личностных черт». п Соответствие подтверждается содержанием цели, предмета, объекта исследования, а также данными апробации результатов исследования.

**Апробация работы.** Результаты диссертационного исследования обсуждались на заседаниях кафедры общей психологии, психодиагностики и психологического консультирования Южно-Уральского государственного университета (2019 – 2021 г. г.), а также были представлены на Одиннадцатой научной конференции аспирантов и докторантов «Научный поиск» (Челябинск, 2019 г.), Тринадцатой научной конференции «Научный поиск» (Челябинск, 2021 г.), V-й Международной научно-практической конференции «Психология диалога и мир человека», (Уфа, 2021), XXXII Международной научно-практической конференции «Предотвращение. Спасение. Помощь» (2022 г.), XXIII Международной заочной научно-практической конференции «Интеграция методической (научно-методической) работы и системы повышения квалификации кадров» (Челябинск. – 2022) (сдана в печать). По теме диссертационного исследования опубликовано 9 печатных работ, 3 из них – в изданиях, рекомендованных ВАК РФ, 5 – в других изданиях, а также глава в монографии.

**Структура и объем диссертационной работы.** Работа состоит из введения, трех глав, выводов, заключения, библиографического списка. Работа изложена на 179 страницах, содержит 8 таблиц, 21 рисунок и 4 приложения. Библиографический список включает 263 наименования, из них – 103 на английском языке.

### **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ**

Во **введении** обосновывается актуальность диссертационной темы исследования, ее теоретические и методологические основания. Определены цель, предмет, объект исследования, сформулированы задачи, гипотезы и положения, выносимые на защиту. Раскрыта научная новизна и практическая значимость, отражена степень ее разработанности в отечественной и зарубежной психологии. Обоснованы достоверность и надежность полученных результатов, представлены данные об апробации результатов исследования.

**В первой главе «Теоретические основы исследования прокрастинации в деятельности»** дается теоретический анализ проблемы

прокрастинации, представлен обзор основных подходов к ее изучению, описаны психологические механизмы проявления прокрастинации в деятельности.

Рассматривается история изучения психологического феномена прокрастинации, обсуждается отсутствие единства концептуальных взглядов на классификацию ее типов и видов, обуславливающее множество разнообразных трактовок и дефиниций данного феномена. Представлены различные теоретические подходы к пониманию феномена, отмечается, что прокрастинация рассматривалась в контексте психодинамического, поведенческого и когнитивного подходов, а также в ракурсе интегративной Теории Временной Мотивации (ТМТ). Проанализированы теории и концепции, объясняющие механизмы прокрастинации, базирующиеся на ее трехкомпонентной структуре. Обобщены и систематизированы представления о механизмах психологической защиты и совладания (копинг-поведения) личности, сгруппированные в зависимости от осознанности действия откладывания (осознаваемые и неосознаваемые действия). Делаются выводы о существовании проблемы полифоничности (разноплановости) изучения феномена прокрастинации: исследования проходят в ракурсе рассмотрения ее предикторов; развивается направление исследования индивидуально-психологических особенностей, предрасполагающих к прокрастинации; однако они не связываются с характером деятельности, которая определяет поведение субъекта. Дискутируется вопрос об инертности исследований прокрастинации в профессиональной деятельности (на рабочем месте), качестве диагностики прокрастинации и поиска эффективных методов ее преодоления.

В качестве методологической основы исследования рассматривается субъектно-деятельностный подход к изучению психологии человека, отраженный в работах А.Н. Леонтьева, А.Р. Лурии, А.В. Запорожца, П.Я. Гальперина, Д.Б. Эльконина, В.В. Давыдова и др. Описаны различные концептуальные взгляды на понятие «деятельность», в том числе учебно-профессиональную и профессиональную (трудовую), раскрыты ее основные понятия и черты. Представлен обзор исследований по проблеме академической прокрастинации, получившей свое массовое распространение среди молодых людей на этапе получения профессионального образования. Обсуждается современное направление в представленности прокрастинации – онлайн-прокрастинация в формате социальных сетей, получившая распространение в среде учащихся школ и студентов вузов и связанная с массовым внедрением цифровых технологий и актуализацией дистанционных форм обучения. Обозначается проблематика исследований прокрастинации в сфере профессиональной деятельности. Представлены современные исследования прокрастинации в русле баланса между работой и семьей, а также в сфере детско-

родительских отношений. Рассматриваются предпосылки исследования прокрастинации во взаимосвязи с индивидуально-психологическими особенностями, предрасполагающими субъекта деятельности к прокрастинации или умеряющими ее с учетом специфики и вида деятельности, опыта и по более широкому спектру профессий, начиная со ступени академического образования до перспектив успеха в профессиональном (карьерном) росте.

Субъектно-деятельностный подход рассматривается в комплексе с личностным подходом: описан ряд направлений парадигмы психологии личности, адептами которой являются отечественные авторы: Б.Г. Ананьев, Л.И. Анцыферова, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн и др. В качестве одного из главных инструментов в современных отношениях как в трудовой, так и в учебной деятельности, данные ученые концентрируют свое внимание на направленности личности самого субъекта. Описаны подходы к изучению личности в контексте динамических концепций: в частности, представлены основные положения диспозиционной теории личности Г. Олпорта (G. Allport), явившиеся наряду с трудами Г. Айзенка (H. Eysenck) концептуальными основаниями для нашего эмпирического исследования.

Обсуждается направление исследований прокрастинации в контексте индивидуально-личностных характеристик, инициированное в западной психологии в работах Дж. Феррари и П. Стила (J. R. Ferrari, P. Steel), Р.Арви, М. Ротундо, В. Джонсона и М. Макгью (R. Arvey, M. Rotundo, W. Johnson, M. McGue), Э. Шовенбурга (H. Schouwenburg) и др.

Представлен обзор исследований, в которых прокрастинация связывается с рядом личностных черт и индивидуальных особенностей, фокусирующихся на социально обусловленных характеристиках, охватывающих потребностно-мотивационную и смысловую сферы личности (В.В. Барабанщикова, Я.И. Варвичева, О.С. Виндекер, М.В. Зверева, Н.А. Руднова и др.).

Ввиду очевидной стабильности проявления прокрастинации в ситуациях и во временном аспекте доказана правомерность рассмотрения прокрастинации как устойчивой личностной диспозиции. Фокус исследования концентрируется на представлении о комплексной взаимосвязи определенных индивидуально-психологических особенностей (генетически детерминированных и социально обусловленных), аккумулирующихся в общих способностях личности, характерных для определенных видов деятельности, и формирующих устойчивые предиктивные черты или черты-протекторы прокрастинации, проявляющиеся в деятельности и вызванные внешними факторами. Будучи выявленными, данные индивидуально-психологические особенности являются футурологическим признаком для прогноза проявления

личностной прокрастинации у субъекта в определенном виде деятельности.

На основе субъектно-деятельностного и личностного подходов была разработана концептуальная модель особенностей, условий и источников проявления личностной прокрастинации в деятельности (рисунок 1).

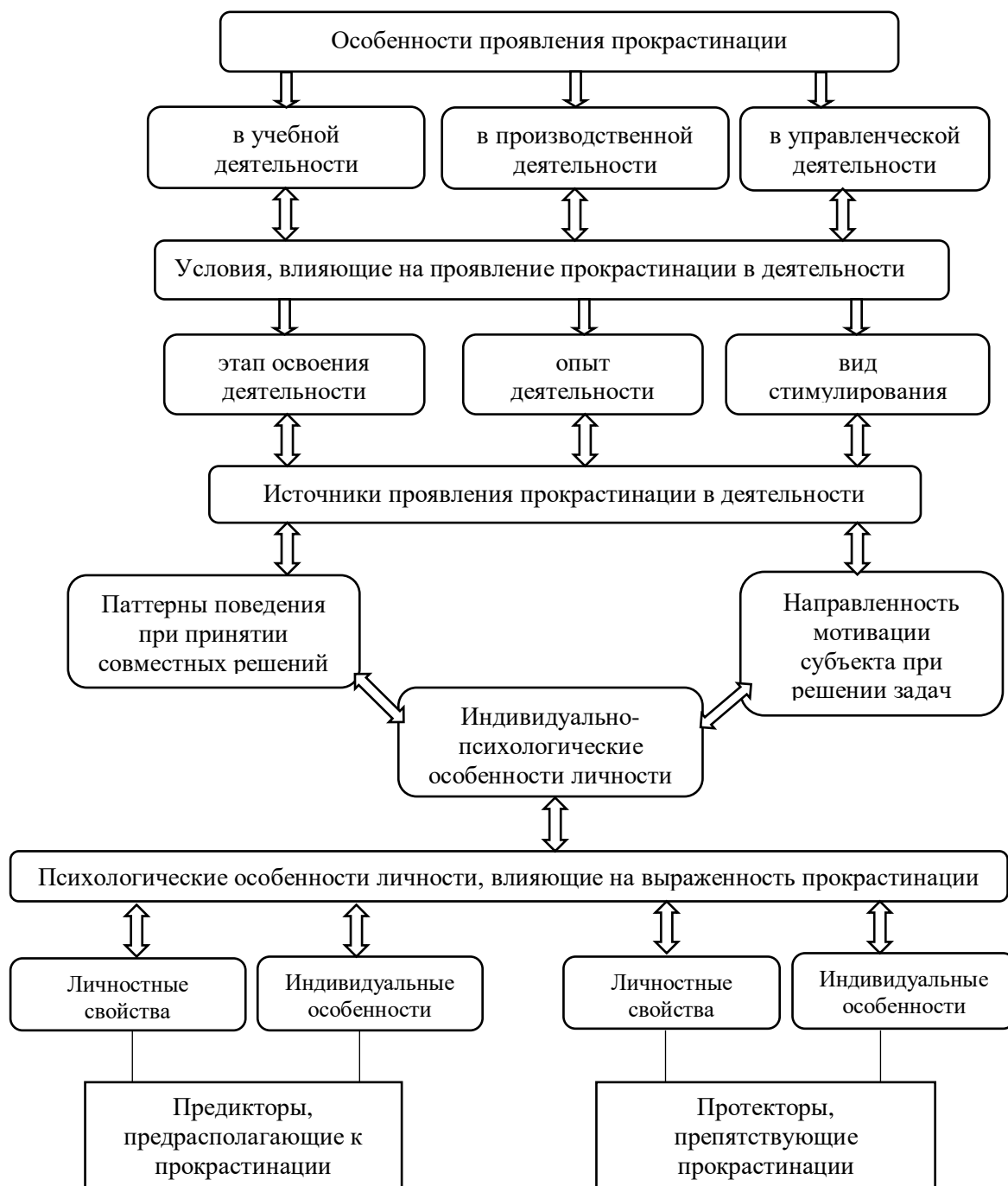


Рисунок 1 – Концептуальная модель особенностей, условий и источников проявления личностной прокрастинации у субъектов

Модель представлена следующими компонентами: особенности проявления прокрастинации по видам деятельности – учебной, производственной и управленческой; по условиям, влияющим на

проявление прокрастинации в деятельности, – этап и опыт освоения деятельности, вид стимулирования; по источникам проявления прокрастинации в деятельности – паттерны поведения при принятии совместных решений, психологические характеристики личности, направленность мотивации субъекта при решении задач; по психологическим особенностям личности, влияющим на выраженность прокрастинации, – личностные свойства и индивидуальные особенности, выступающие предикторами (личностные черты, предрасполагающие к прокрастинации) и протекторами (личностные особенности, препятствующие формированию прокрастинации в деятельности).

**Во второй главе «Организация исследования личностных особенностей и проявления прокрастинации у субъектов разных видов деятельности»** приводятся цель, задачи и гипотезы эмпирического исследования, рассматривается характеристика массива испытуемых и описываются психодиагностические методики и методы статистического анализа данных.

Представлены цель, объект и предмет эмпирического исследования, сформулированы задачи и гипотезы исследования. Раскрывается общая характеристика выборки, отмечается, что в исследовании приняли участие 193 человека. В соответствии с поставленными целями и задачами исследования выборка состояла из субъектов учебной и профессиональной деятельности. Эмпирическая база исследования разделена на группы, различающиеся по виду деятельности (таблица 1).

Таблица 1

Описание выборки

Испытуемые		Число
Группы	Подгруппы	
Студенты-бакалавры АСИ ФГАОУ ВО «Южно-Уральский государственный университет (НИУ)»	1-2 курсы	34
	3-4 курсы	35
Специалисты инженерно-технической деятельности, сотрудники объединения ООО «НТКС»	с повременной оплатой труда	32
	со сдельной оплатой труда	30
Специалисты административно-управленческой деятельности, сотрудники объединения ООО «НТКС»	стаж менее 10 лет	31
	стаж более 10 лет	31
Всего:	-	193

Представлен психодиагностический инструментарий, показаны структура и содержание методик. Описаны статистические методы, подобранные в соответствии с поставленными целями и теоретическими представлениями о прокрастинации.

**В третьей главе «Эмпирическое исследование прокрастинации у субъектов разных видов деятельности»** дается анализ, приводятся

обсуждение и описание результатов исследования прокрастинации у субъектов разных видов деятельности.

Представлены результаты исследования выраженности прокрастинации по методике К. Лэя (С.Н. Lay), согласно которой уровень выраженности прокрастинации у испытуемых дифференцировался от крайне низких значений до очень высоких. Показатели среднегрупповых значений по шкале прокрастинации у студентов, специалистов инженерно-технической и административно-управленческой деятельности соответствуют условно-нормативному значению среднего уровня выраженности прокрастинации (43-67 баллов).

Таблица 2

Распределение субъектов по выраженности прокрастинации в подгруппах (в %%)

Уровни прокрастинации	Группы испытуемых					
	студенты, курс		ИТР		АУП	
	1-2	3-4	с повременной оплатой труда	со сдельной оплатой труда	стаж менее 10 лет	стаж более 10 лет
Крайне низкий	0,00	0,00	0,00	6,25	0,00	0,00
Низкий	5,88	17,14	0,00	25,00	6,45	38,71
Средний	58,82	71,43	93,33	62,50	93,55	58,06
Высокий	35,29	11,43	6,66	6,66	0,00	3,22
Крайне высокий	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Как следует из таблицы 2, в подгруппе студентов 1-2 курсов у более половины испытуемых (58,82 %) преобладает средний уровень прокрастинации, высокий уровень выражен у 35,29 % испытуемых. В подгруппе студентов 3-4 курсов выявленный уровень прокрастинации несколько ниже, из чего можно сделать вывод о том, что по мере включения в учебно-профессиональную деятельность студенты начинают справляться с привычкой откладывания, учиться способам саморегуляции для достижения положительного результата в обучении.

При сравнении значений прокрастинации в группах студентов и сотрудников инженерно-технической сферы, оказывается, что данная тенденция проявляется еще более значимо. Так, высокий уровень прокрастинации выявляется только у 6,66% инженерно-технических работников, в то время как он отмечается у 35,29 % студентов младших курсов и у 11,43 % студентов 3-4 курсов, завершающих программу бакалавриата.

При анализе результатов в подгруппах специалистов, разделенных по критерию типа оплаты труда, оказалось, что там, где результаты труда оцениваются по отработанному времени, испытуемые демонстрируют в основном средний уровень прокрастинации (93,33 %). В то же время у

более одной трети «сдельщиков» (оценка труда по результатам) обнаруживаются низкий (у 25 %) и крайне низкий (у 6,25 %) уровни прокрастинации. Это свидетельство роли стимулирующей мотивации и формирующейся на ее основе личностной мотивации, снижающий уровень прокрастинации. В подгруппе специалистов, занятых управленческой деятельностью, значения прокрастинации имеют явную тенденцию к ее снижению по критерию опыта работы. Так, низкий уровень ее проявления отмечен у 6,45 % лиц с 10-летним стажем и почти у 40 % лиц с опытом более 10 лет (38,71 %).

Сравнительный анализ подтвердил наличие статистически значимых различий в выраженности прокрастинации у субъектов учебной и профессиональной деятельности: в группах студентов и специалистов административно-управленческого звена ( $t=2,331$ ;  $p=0,021$ ). Выявлены статистически значимые различия в подгруппах студентов 1-2 и 3-4 курсов, которые статистически достоверны ( $t=2,645$ ;  $p=0,01$ ), а также в подгруппах со сдельной и повременной оплатой труда ( $t=3,296$ ;  $p=0,002$ ) и в подгруппах со стажем менее 10 и более 10 лет ( $t=2,233$ ;  $p=0,029$ ). Различия подтверждаются значениями Т-критерия Стьюдента для полученного нормального распределения.

Тем самым поддерживается тезис о существовании различий в уровнях выраженности прокрастинации у субъектов разных видов деятельности, в зависимости от вида деятельности, способов стимулирования результатов труда и критериев опыта деятельности.

Изучены готовность к риску и личностная мотивация, направленность которой может быть связана с уровнем выраженности прокрастинации, включающая в себя мотивацию достижения успеха и избегания неудач. Результаты корреляционного анализа представлены в таблице 3.

Таблица 3

Коэффициенты корреляции показателей прокрастинации и мотивации, готовности к риску у субъектов разных видов деятельности

Шкалы	Группы испытуемых		
	Студенты	Специалисты ИТР	Специалисты АУП
Мотивация к достижению успеха	-0,165	<b>-0,346**</b>	-0,120
Мотивация к избеганию неудач	-0,227	-0,165	0,074
Готовность к риску	0,145	0,011	<b>0,257*</b>

\*– уровень значимости  $p < 0,05$ ; \*\*– уровень значимости  $p < 0,01$ .

По группе специалистов инженерно-технической деятельности выявлена значимая отрицательная корреляционная связь прокрастинации и мотивации к достижению успеха ( $r=-0,346$ ,  $p<0,01$ ), что дополнительно подтверждает указанную в § 3.1 тенденцию. Также обращает на себя внимание выявляемая положительная корреляционная связь



прокрастинации и готовности к риску в группе специалистов в сфере управленческой деятельности ( $r=0,257$ ,  $p<0,05$ ). Учитывая отрицательную корреляционную связь прокрастинации и мотивации достижения успеха и положительную связь с готовностью к риску, полагаем, что данные психологические свойства могут выступать протекторами и предикторами прокрастинации для субъектов соответствующих видов деятельности.

Выявлена специфика проявления индивидуально-психологических особенностей личности, входящих в состав модели организации личности по методике CPI, для каждого из изучаемых видов деятельности, что послужило основой для построения психологических профилей.

С целью изучения возможных взаимосвязей между прокрастинацией и индивидуально-психологическими особенностями, входящими в состав модели по методике CPI, проводился корреляционный анализ, установивший следующие взаимосвязи: в группе студентов обнаружены статистически значимые отрицательные связи прокрастинации со значениями по шкалам: «самоконтроль» ( $r=-0,452$ ;  $p<0,01$ ), «хорошее впечатление» ( $r=-0,526$ ;  $p<0,01$ ), «чувство благополучия» ( $r=-0,312$ ;  $p<0,01$ ), «достижение через подчинение» ( $r=-0,362$ ;  $p<0,01$ ). В группе специалистов в сфере производственной деятельности выявлены статистически значимые положительные связи со шкалами «способность к статусу» ( $r=0,301$ ;  $p<0,05$ ) «достижение через независимость» ( $r=0,372$ ;  $p<0,01$ ) и отрицательная связь со шкалой «толерантность» ( $r=-0,265$ ;  $p<0,05$ ). В группе специалистов в области административно-управленческой деятельности выявлены значимые отрицательные связи прокрастинации со шкалами: «чувство благополучия» ( $r=-0,537$ ;  $p<0,01$ ), «доминирование» ( $r=-0,477$ ;  $p<0,01$ ), «способность к статусу» ( $r=-0,247$ ;  $p<0,05$ ), «социальное присутствие» ( $r=-0,293$ ;  $p<0,05$ ), «общительность» ( $r=-0,268$ ;  $p<0,05$ ), «независимость» ( $r=-0,364$ ;  $p<0,01$ ), «социализация» ( $r=-0,289$ ;  $p<0,05$ ), «толерантность» ( $r=-0,401$ ;  $p<0,01$ ).

Определение значимых связей социально обусловленных индивидуально-психологических особенностей субъектов с уровнем их прокрастинации позволило на данном этапе исследования обнаружить те из них, которые могут быть включены в модель предикторов (протекторов) прокрастинации для определенных видов деятельности.

Далее были представлены результаты исследования генетически обусловленных индивидуально-психологических особенностей личности – экстраверсии, нейротизма и тревожности у субъектов разных видов деятельности. Проводился корреляционный анализ с целью изучения взаимосвязей прокрастинации и данных индивидуально-психологических особенностей.

Установлена статистически значимая положительная связь прокрастинации и экстраверсии в группе специалистов сферы производственной деятельности ( $r=0,266$ ;  $p<0,01$ ). Во всех выборках

выявлена значимая положительная связь прокрастинации и тревожности: у студентов ( $r=0,497$ ;  $p<0,01$ ), у специалистов сферы управленческой ( $r=0,586$ ;  $p<0,01$ ) и производственной ( $r=0,262$ ;  $p<0,05$ ) деятельности (табл.4).

Таблица 4

Коэффициенты корреляции показателей прокрастинации и экстраверсии, нейротизма, тревожности у субъектов разных видов деятельности

Шкалы	Выраженность прокрастинации по Лэю		
	Студенты	Специалисты ИТР	Специалисты АУП
Экстраверсия-интроверсия	-0,070	<b>0,266*</b>	0,004
Стабильность-нейротизм	0,113	0,010	0,078
Тревожность	<b>0,497**</b>	<b>0,262*</b>	<b>0,586**</b>

\*– уровень значимости  $p < 0,05$ ; \*\*– уровень значимости  $p < 0,01$ .

Положительная корреляционная связь прокрастинации с тревожностью и экстраверсией свидетельствует о том, что субъекты с высокими показателями по данным шкалам более предрасположены к прокрастинации, что экстраверсия для субъектов производственной деятельности и тревожность для всех изучаемых групп субъектов могут выступать предикторами прокрастинации.

Далее изучались связи прокрастинации с демографическими характеристиками субъектов. В группе студентов обнаружена статистически значимая отрицательная корреляционная связь значений прокрастинации и возраста ( $r = -0,466$ ;  $p < 0,01$ ), то есть, чем моложе субъект, тем более вероятно и ярче проявляется прокрастинация.

Сравнительный анализ, проведенный с целью выявления различий в выраженности прокрастинации среди мужчин и женщин, статистически значимых различий в группах мужчин и женщин не выявил ( $t = -1,287$ ;  $p = 0,200$ ).

На следующем этапе были сформированы и изучались психологические профили (по методике СРІ) субъектов с высоким и низким уровнями выраженности прокрастинации для каждого из рассматриваемых видов деятельности (рисунки 2-4).

С этой целью из общей выборки были сформированы 2 группы испытуемых: первая – 32 человека с низким уровнем прокрастинации (значения 42 и менее баллов) и вторая группа с высоким уровнем (68 и более баллов) – 24 человека.

По результатам исследования оказалось, что у субъектов с высоким уровнем прокрастинации в структуре личности выявляется комплекс определенных индивидуально-психологических особенностей (социально обусловленных), специфичных для каждого конкретного вида

деятельности. Аналогичная картина определилась и для субъектов с низким уровнем прокрастинации.

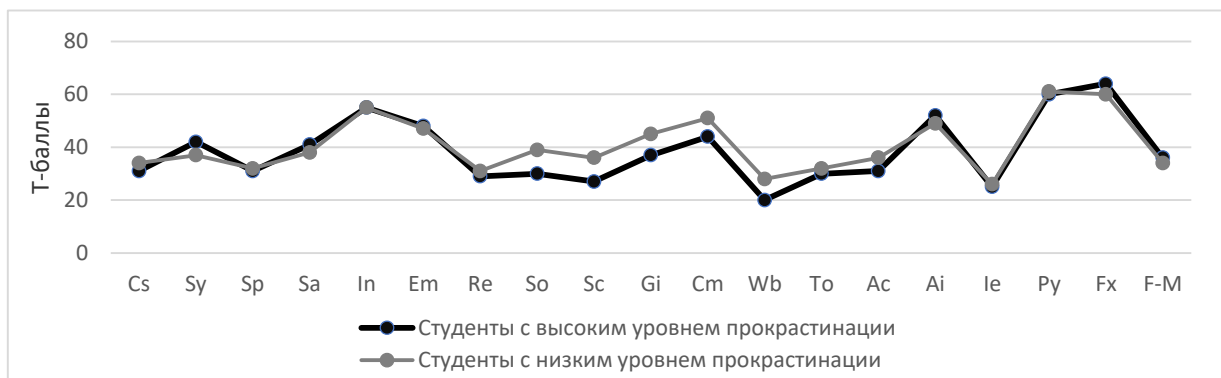


Рисунок 2 – Психологический профиль в группах студентов с высоким и низким уровнями прокрастинации

Для исследования вариативности влияния, обусловленного воздействием независимой переменной «прокрастинация», и индивидуально-психологических особенностей, являющихся зависимыми переменными, проведен однофакторный дисперсионный анализ ANOVA. Выявлены статистически значимые различия в выраженности индивидуально-психологических особенностей в группах субъектов с высоким и низким уровнями прокрастинации по следующим шкалам: «гибкость» ( $F=5,562$ ;  $p<0,05$ ), «тревожность» ( $F=41,845$ ;  $p<0,001$ ), «готовность к риску» ( $F=14,401$ ;  $p<0,001$ ) и «экстраверсия» ( $F=10,204$ ;  $p<0,001$ ).

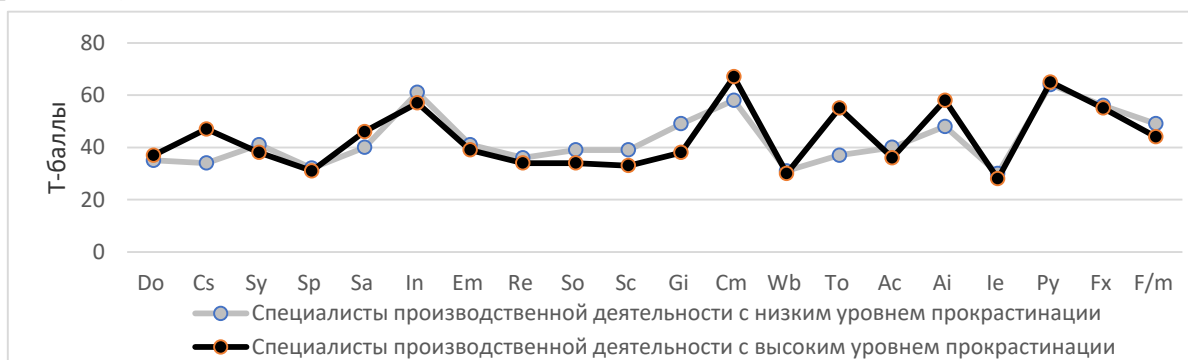


Рисунок 3 – Психологический профиль в группах специалистов ИТР с высоким и низким уровнями прокрастинации

Соответственно, доказано достоверное влияние уровня прокрастинации на значения по данным шкалам, когда более высокие среднегрупповые показатели по шкалам соотносятся с высоким уровнем прокрастинации.

Обнаружены значимые различия у субъектов с высоким и низким уровнями прокрастинации по следующим шкалам: «социальное присутствие» ( $F=7,046$ ;  $p<0,05$ ), «независимость» ( $F=7,034$ ;  $p<0,05$ ), «социализация» ( $F=11,332$ ;  $p<0,05$ ), «самоконтроль» ( $F=9,468$ ;  $p<0,05$ ), «чувство благополучия» ( $F=21,507$ ;  $p<0,001$ ), «общая интернальность»

( $F=9,921$ ;  $p<0,05$ ), «интернальность в области достижений» ( $F=9,052$ ;  $p<0,05$ ), «интернальность в производственных вопросах» ( $F=4,049$ ;  $p<0,05$ ).

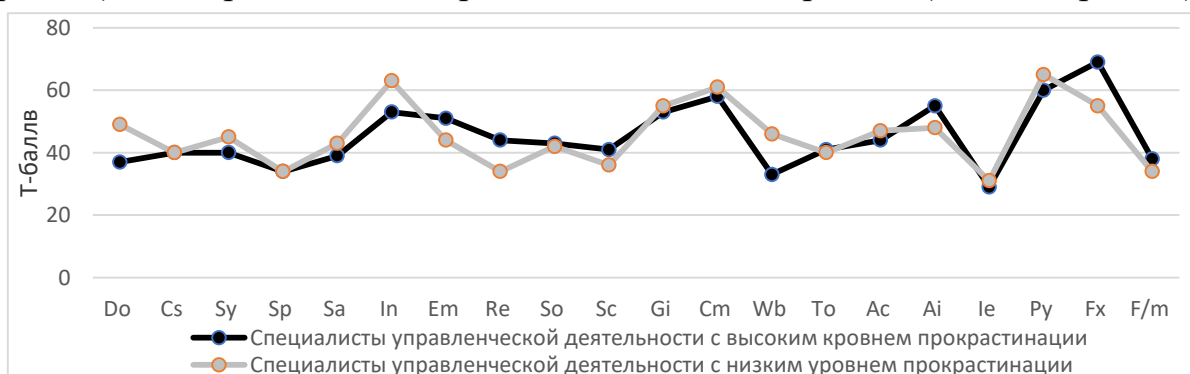


Рисунок 4 – Психологический профиль в группах специалистов АУП с высоким и низким уровнями прокрастинации

Установлено достоверное влияние уровня прокрастинации на значения по вышеперечисленным шкалам, причем более высокие значения по данным шкалам соотносятся с низким уровнем прокрастинации.

Для реализации комплексного подхода к исследованию использовалось сочетание количественных и качественных методик, с применением рисуночного теста «Деловые ситуации» Н.Г. Хитровой, направленного на изучение и оценку эмоционального поведения субъектов в конфликтной фрустрирующей ситуации при принятии решений субъектами с высоким и низким уровнями прокрастинации. По факторам направления реакций в группе с высоким уровнем прокрастинации преобладает «интроагрессия» и доминирует тип фиксации с преобладанием «интроперзистивных» реакций. Группе испытуемых с низким уровнем прокрастинации по факторам направления реакции свойственна «имагрессия» и также доминирует «имперзистивная» реакция. Для определения достоверности различий средних значений в преобладающих направлениях реакции и типов фиксации в группах с полюсными уровнями выраженности прокрастинации проведен сравнительный анализ, установивший статистически значимые различия по комплексу направления реакций «интроагрессия» ( $P=0,003$ ). Полученные выводы подтверждаются результатами последующего корреляционного анализа, выявившего значимую отрицательную корреляционную связь прокрастинации и направления реакции «интроагрессия» в группе с высоким уровнем прокрастинации ( $r=-0,445$ ,  $p<0,05$ ).

Далее представлены результаты регрессионного анализа, выявившего комплексы социально обусловленных и генетически детерминированных индивидуально-психологических особенностей, выступающих предикторами или протекторами прокрастинации для изучаемых видов деятельности. В таблице 5 показаны результаты анализа

вклада личностных свойств в прокрастинацию в группе студентов. Доля объясняющей дисперсии итоговой регрессионной модели № 3 составила 37,4 %.

Таблица 5

Вклад индивидуально-психологических особенностей в уровень выраженности прокрастинации у студентов

Модель	Бета	Р, значим.	Модель	Бета	Р, значим.
Gi	-0,427	0,000	Тревожность	0,445	0,000
Sc	-0,312	0,000	Возраст	-0,400	0,000
Ie	0,209	0,043			

Коэффициенты регрессии  $\beta$  (бета) отображают отрицательную связь в отношении показателей шкал «хорошее впечатление» ( $\beta=-0,427$ ;  $p<0,001$ ), «самоконтроль» ( $\beta=-0,331$ ;  $p<0,05$ ), что доказывает, что данные личностные свойства при высоких уровнях проявления могут являться протекторами прокрастинации. Коэффициент регрессии шкалы «интеллектуальная эффективность» ( $\beta=0,209$ ;  $p<0,05$ ) свидетельствует о положительной ее связи с прокрастинацией, что при высоких значениях по данной шкале определяет ее предиктором прокрастинации в учебной деятельности. Из генетически детерминированных индивидуально-психологических особенностей при коэффициенте регрессии ( $\beta=0,445$ ;  $p<0,001$ ) отображается положительная связь шкалы «тревожность», со значениями прокрастинации, что позволяет включить данный регрессор в состав предикторов прокрастинации. Протектором в учебной деятельности является «возраст» ( $\beta=-0,400$ ;  $p<0,001$ ). При этом доля объясняющей дисперсии модели составила 40,5 %.

На основании результатов регрессионного анализа в группе специалистов инженерно-технической деятельности выявлена регрессионная модель вклада индивидуально-психологических особенностей, входящих в состав модели организации личности по методике CPI в уровень выраженности прокрастинации при доле объясняющей дисперсии 72,6 % (таблица 6).

Таблица 6

Вклад индивидуально-психологических особенностей в уровень выраженности прокрастинации у специалистов ИТР

Модель	Бета	Р, значим.	Модель	Бета	Р, значим.
Ai	0,748	0,000	Ac	-0,213	0,011
Pu	-1,029	0,000	Sc	-0,211	0,014
Cs	0,613	0,000	In	-0,189	0,023
Do	0,478	0,000	Экстраверсия	0,259	0,037
Fx	0,450	0,000	Тревожность	0,254	0,040

К регрессорам, выступающим протекторами прокрастинации в данном виде деятельности отнесены шкалы «психологический склад ума» ( $\beta=-1,029$ ;  $p<0,001$ ), «достижение через подчинение» ( $\beta=-0,213$ ;  $p<0,05$ ), «самоконтроль» ( $\beta=-0,211$ ;  $p<0,005$ ) и «независимость» ( $\beta=-0,189$ ;  $p<0,05$ ),

при высоком уровне их проявления. Коэффициенты регрессии шкал «достижение через независимость» ( $\beta=0,748$ ;  $p<0,001$ ), «способность к статусу» ( $\beta=0,613$ ;  $p<0,001$ ), «доминирование» ( $\beta=0,478$ ;  $p<0,001$ ), «гибкость» ( $\beta=0,450$ ;  $p<0,001$ ), свидетельствуют о положительной связи с прокрастинацией и позволяют при повышенной их выраженности отнести данные личностные свойства к предикторам прокрастинации в деятельности.

Из генетически обусловленных индивидуально-психологических особенностей, при доле объясняющей дисперсии модели 13,50 % отображается положительная связь прокрастинации с показателями шкал «экстраверсия» ( $\beta=0,259$ ;  $p<0,05$ ) и «тревожность» ( $\beta=0,254$ ;  $p<0,05$ ), при высоком уровне их проявления позволяет включить данные индивидуальные особенности в число предикторов прокрастинации в данном виде деятельности.

Что касается социально обусловленных индивидуально-психологических особенностей, то их вклад в уровень выраженности личностной прокрастинации у специалистов административно-управленческой деятельности (таблица 7) следующий: согласно коэффициентам регрессии по следующим шкалам – отрицательная связь прокрастинации с показателями по шкалам «чувство благополучия» ( $\beta=-0,491$ ;  $p<0,001$ ) и «доминирование» ( $\beta=-0,397$ ;  $p<0,001$ ).

Таблица 7

Вклад индивидуально-психологических особенностей в уровень выраженности прокрастинации у специалистов АУП

Модель	Бета	Р, значим.	Модель	Бета	Р, значим.
Wb	-0,491	0,000	Fx	0,299	0,002
Re	0,526	0,000	Тревожность	0,668	0,000
Do	-0,397	0,000	Экстраверсия	0,261	0,016

Соответственно, данные личностные свойства при высоком уровне проявления могут быть причислены к протекторам прокрастинации в административно-управленческой деятельности. Коэффициенты регрессии по шкалам «ответственность» ( $\beta=0,526$ ;  $p<0,001$ ) и «гибкость» ( $\beta=0,299$ ;  $p<0,05$ ) свидетельствуют об их положительной связи с прокрастинацией, что позволяет включить данные личностные свойства при высоком уровне их выраженности в число предикторов прокрастинации. При этом доля объясняющей дисперсии модели составила 58,70 %. Вклад генетически обусловленных индивидуально-личностных особенностей в уровень прокрастинации при доле объясняющей дисперсии модели 40,6 % выявил следующие предикторы прокрастинации: «тревожность» ( $\beta=0,668$ ;  $p<0,001$ ) и «экстраверсия» ( $\beta=0,261$ ;  $p<0,05$ ).

Итак, итоговая модель предикторов и протекторов прокрастинации для субъектов разных видов деятельности представлена на рисунке 5.

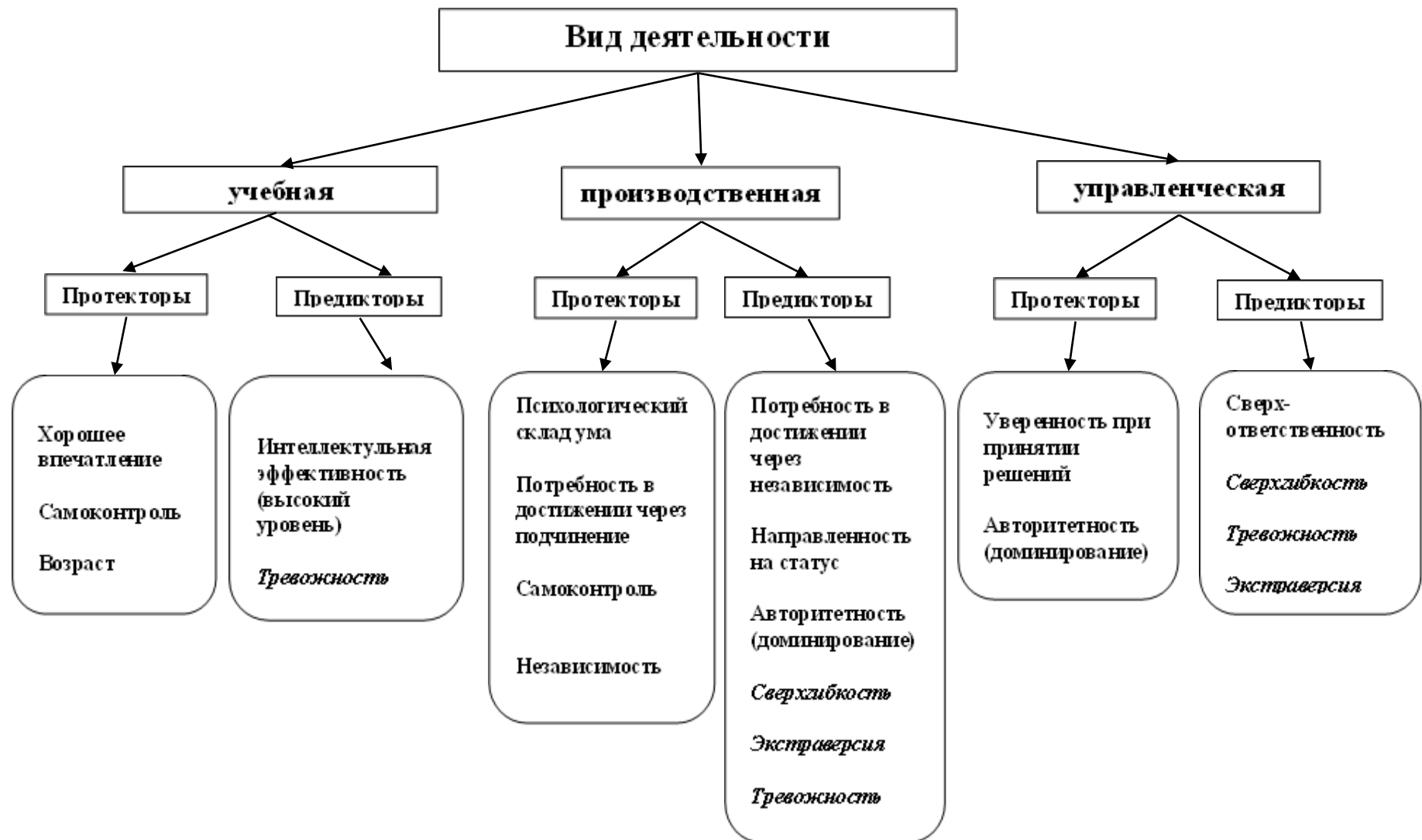


Рисунок 5 – Модель предикторов и протекторов прокрастинации, выявленных в процессе эмпирического исследования

## ВЫВОДЫ

Проведенное исследование, направленное на изучение личностной прокрастинации в деятельности, позволяет сформулировать следующие выводы:

1. Прокрастинация как добровольное откладывание намеченного курса действий, несмотря на ожидание худших последствий от неисполнения в срок, является одной из актуальных проблем субъекта в сфере его жизнедеятельности.

2. В результате углубленного теоретического анализа современных исследований концептуальная модель проявления прокрастинации может быть представлена следующими компонентами: особенности проявления прокрастинации по видам деятельности (учебной, инженерно-технической и административно-управленческой); условия, влияющие на проявление прокрастинации в деятельности (этап и опыт освоения деятельности, вид стимулирования); источники проявления прокрастинации в деятельности (паттерны поведения при принятии совместных решений, индивидуально-психологические особенности личности, направленность мотивации субъекта при решении задач); индивидуально-психологические особенности личности, влияющие на выраженность прокрастинации (личностные свойства и индивидуальные особенности, выступающие предикторами, предрасполагающими к прокрастинации и протекторами, препятствующими формированию прокрастинации в деятельности).

3. В ходе исследования обнаружены различия в проявлении прокрастинации у субъектов разных видов деятельности и способах ее организации, что подтверждает предположение о том, что на выраженность прокрастинации субъектов оказывают влияние: вид (специфика) деятельности, опыт (стаж) и мотивация результатов деятельности.

4. Выявлена связь прокрастинации с мотивацией достижения успеха и готовностью к риску. Для субъектов всех изученных видов деятельности отрицательная связь между указанными выше параметрами означает, что данные индивидуально-психологические особенности могут являться протекторами личностной прокрастинации, а положительная связь свидетельствует о предикации прокрастинации, что подтверждается корреляционным анализом.

5. Выявлена взаимосвязь прокрастинации с социально обусловленными индивидуально-психологическими особенностями, входящими в состав СРІ, и генетически детерминированными индивидуально-психологическими особенностями субъектов. Для всех изученных видов деятельности отрицательная связь между этими



параметрами может свидетельствовать о том, что данные индивидуально-психологические особенности могут выступать протекторами прокрастинации, что подтверждается корреляционным анализом.

6. Регрессионный анализ, позволивший сформировать итоговые регрессионные модели, выявил специфический комплекс индивидуально-психологических особенностей субъектов (генетически и социально обусловленных), являющихся предикторами и протекторами прокрастинации, характерными для каждого из изучаемых видов деятельности.

7. Полученные данные могут быть использованы при наборе студентов для обучения в вузе в целях профилактики отчислений, а также в трудовой и управленческой деятельности при подборе персонала.

В заключении диссертации подводятся итоги работы и намечаются перспективы для дальнейших исследований.

**Основное содержание и результаты диссертационного исследования отражены в следующих публикациях автора:**

**Публикации в изданиях, рекомендованных ВАК РФ:**

1. Горелова, Г.Г. Показатели локуса контроля в связи с предикацией поведения по типу «прокрастинация» / Г.Г. Горелова, Н.В. Батурина, С.В. Жаркова // Научно-теоретический журнал Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 4 (170) – С. 403-408.

2. Жаркова, С.В. Особенности выраженности прокрастинации у субъектов разных видов деятельности / С.В. Жаркова // Общество: социология, психология, педагогика. 2021. – № 11. – С. 130–136.

3. Горелова, Г.Г. Актуальные направления в исследовании прокрастинации в современных социальных условиях / Г.Г. Горелова, С.В. Жаркова, Г.В. Мануйлов // Научно-теоретический журнал Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 4 (194). – С. 479-485.

**Монографии:**

4. Горелова, Г.Г. Личность как системообразующий фактор психологической адаптации / Г.Г. Горелова, Г.В. Мануйлов, С.В. Жаркова // Ресурсы жизнеспособности и стрессоустойчивости современного человека: психологические, психофизиологические, нейробиологические, педагогические аспекты: коллективная монография (часть 1). – Челябинск: ООО «Полиграф-Мастер», 2021. – С. 98-115.

**Другие издания:**

5. Жаркова, С.В. Феномен прокрастинации: обзор современных исследований / С.В. Жаркова // Научный поиск. Материалы одиннадцатой научной конференции аспирантов и докторантов. – Челябинск: Южно-Уральский государственный университет (национальный исследовательский университет). – 2019. – С. 96-103.

6. Жаркова, С.В. Проблема академической прокрастинации при дистанционной форме обучения в условиях режима самоизоляции / С.В. Жаркова // Научный поиск. Материалы тринадцатой научной конференции аспирантов и докторантов. – Челябинск: Южно-Уральский государственный университет (национальный исследовательский университет), 2021. – С. 150-154.

7. Жаркова, С.В. Роль индивидуальных различий и типа деятельности в выраженности прокрастинации в личности / С.В. Жаркова, Г.Г. Горелова, Г.В. Мануйлов // Психология диалога и мир человека: сборник научных трудов [Текст]. Под ред. Л.Г. Дмитриевой – Том 5. – Уфа: Изд-во БашГУ, 2021. – С. 157-170.

Подписано в печать 14.04.2022. Формат 60×84/16.  
Бумага для множ. аппаратов. Печать на ризографе.  
Гарнитура «Times New Roman».  
Усл. печ. л. 1,4. Усл. изд. л. 1,2 Тираж 100 экз.