

ТИПОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ПРОКРАСТИНАЦІЇ В СТУДЕНТІВ

Журавльова Олена

Волинський національний університет імені Лесі Українки,
м. Луцьк, Україна, zhuravlova.olena@eenu.edu.ua,
<https://orcid.org/0000-0002-4889-0239>

Журавльов Олександр

Волинський національний університет імені Лесі Українки,
м. Луцьк, Україна, zhuravlov.oleksandr@eenu.edu.ua
<https://orcid.org/0000-0002-7823-0338>

Мета. У статті обґрунтовано актуальність вивчення прокрастинації як стійкого інтегрального особистісного конструкту в умовах стрімкого розвитку сучасного суспільства. Указано на доцільність розгляду деструктивного зволікання в академічному середовищі, зокрема в студентів. Вивчення особистості прокрастинатора дало змогу отримати великий масив емпіричних даних у вигляді широкого спектра притаманних йому когнітивних, афективних, мотиваційних і конативних властивостей.

Методи. Із метою зниження розмірності ознак, які корелюють між собою та їх компактного й структурованого представлення застосовано процедуру факторного аналізу за допомогою методу головних компонент із використанням Varimax-ротації.

Результати. У результаті виокремлено шість факторів: «емоційно-дезадаптивний», «агресивно-маніпулятивний», «мотиваційний», «самоцінно-прогностичний», «приспосовання», «ірраціональний». На основі отриманих даних проведено кластерний аналіз методом k-середніх задля визначення можливих розбіжностей у змістовому навантаженні встановлених складових частин конструкту прокрастинації, зумовлених поєднанням у їхніх межах діагностованих критеріїв із різною мірою вираженості. Це дало змогу виокремити чотири типи досліджуваного феномену. Домінуючими характеристиками студентів з «ірраціонально-астенічним» типом прокрастинації є прояв дезадаптивних когніцій і деструктивних емоційних патернів. Найбільш вираженою особливістю прокрастинаторів «демотивовано-ірраціонального» типу визначено відсутність інтенцій, які б відігравали роль вагомих спонук до включення в цілеспрямовану діяльність. «Дезадаптивно-агресивний» тип зволікання передбачає низький рівень здатності до конструктивного вирішення проблемних ситуацій і прояв ворожості та деструктивності в процесі побудови стосунків із соціальним оточенням. Особливістю прокрастинатора «мотиваційно-астенічного» типу є поєднання низького рівня мотивації з емоційно-дезадаптивними схильностями.

Висновки. Результати проведеного емпіричного дослідження підтверджують доцільність тлумачення прокрастинації як інтегрального особистісного конструкту, що охоплює низку когнітивних, емоційних, мотиваційних та конативних властивостей індивіда.

Ключові слова: прокрастинація, типологія, кластерний аналіз, факторний аналіз, студент.

Zhuravlova Olena, Zhuravlov Oleksandr. Typological Features of Students' Procrastination. Purpose. The article submitted substantiates the relevance of studying procrastination as a stable integral personal construct in the conditions of rapid development of modern society. The expediency of considering destructive procrastination in the academic environment, in particular, among students, is indicated. The study of the personality of the procrastinator made it possible to obtain a large array of empirical data in the form of a wide range of its inherent cognitive, affective, motivational and conative properties.

Methods. In order to reduce the dimensionality of correlated features and their compact and structured representation, the procedure of factor analysis using the method of principal components using Varimax-rotation was applied.

Results. As a result, six factors were identified: «emotionally maladaptive», «aggressively manipulative», «motivational», «self-predictive», «adaptation», «irrational». Based on the obtained data, a cluster analysis was performed by the k-means method in order to determine possible differences in the content load of the established components of the procrastination construct due to the combination of diagnosed criteria with varying degrees of severity. This made it possible to distinguish four types of the studied phenomenon. The dominant characteristics of students with «irrational-asthenic» type of procrastination are the manifestation of maladaptive cognitions and destructive emotional patterns. The most pronounced feature of procrastinators of the «demotivated-irrational» type is the lack of intentions that would play the role of significant motivations for inclusion in purposeful activities. The «maladaptive-aggressive» type of procrastination implies a low level of ability to constructively solve problem situations and a manifestation of hostility and destructiveness in the process of building relationships with the social environment. A feature of the procrastinator of the «motivational-asthenic» type is the combination of a low level of motivation with emotionally maladaptive tendencies.

Conclusions. The results of the empirical study confirm the expediency of interpreting procrastination as an integral personality construct that encompasses the cognitive, emotional, motivational and conative individual' properties.

Key words: procrastination, typology, cluster analysis, factor analysis, student.

Журавлёва Елена, Журавлёв Александр. Типологические особенности проявления прокрастинации у студентов. Цель. В представленной статье обосновывается актуальность изучения прокрастинации как устойчивого интегрального личностного конструкта в условиях стремительного развития современного общества. Указывается целесообразность рассмотрения деструктивного промедления в академической среде, в частности у студентов. Изучение личности прокрастинатора позволило получить большой массив эмпирических

данных в виде широкого спектра присущих ему когнитивных, аффективных, мотивационных и конативных свойств.

Методы. С целью снижения размерности коррелирующих между собой признаков, а также их компактного и структурированного представления применяется процедура факторного анализа при помощи метода главных компонент с использованием Varimax-ротации.

Результаты. В результате выделяются шесть факторов: «эмоционально-дезадаптивный», «агрессивно-манипулятивный», «мотивационный», «самоценно-прогностический», «приспособления», «иррациональный». На основе полученных данных проведен кластерный анализ методом k-средних с целью определения возможных разногласий в содержательной нагрузке установленных составляющих конструкта прокрастинации, обусловленных сочетанием в их пределах диагностированных критериев с разной степенью выраженности. Это позволило выделить четыре типа исследуемого феномена. Доминирующими характеристиками студентов с «иррационально-астеническим» типом прокрастинации является проявление дезадаптивных когниций и деструктивных эмоциональных паттернов. Наиболее выраженной особенностью прокрастинаторов «демотивированно-иррационального» типа определяется отсутствие интенций, которые бы играли роль весомых побуждений к включению в целенаправленную деятельность. «Дезадаптивно-агрессивный» тип промедления предполагает низкий уровень способности к конструктивному решению проблемных ситуаций и проявление враждебности и деструктивности в процессе построения отношений с социальным окружением. Особенностью прокрастинаторов «мотивационно-астенического» типа является сочетание низкого уровня мотивации и эмоционально-дезадаптивных наклонностей.

Выводы. Результаты проведенного эмпирического исследования подтверждают целесообразность толкования прокрастинации как интегрального личностного конструкта, охватывающая ряд когнитивных, эмоциональных, мотивационных и конативных свойств индивида.

Ключевые слова: прокрастинация, типология, кластерный анализ, факторный анализ, студент.

Вступ. Зростання наукового інтересу до поняття прокрастинації зумовлене швидкими темпами суспільного розвитку, коли все більшого значення для реалізації людини в різних сферах життя та досягнення психологічного благополуччя набуває її здатність до чіткої самоорганізації. Успішність адаптаційного процесу індивіда в умовах трансформаційних змін значною мірою визначається його готовністю до своєчасного прийняття рішень і реалізації конкретних дій. Водночас схильність особистості до дилаторної поведінки часто детермінує стрес, почуття провини, втрату продуктивності, гострі емоційні переживання власного неуспіху.

Феномен прокрастинації є об'єктом дослідження представників різних напрямів психології. Так, у межах психоаналізу вказаний конструкт розглядається як механізм психологічного захисту, зорієнтований на редукцію загроз цілісності Я-концепції (Burka, Yuen, 2008; Ferrari, Olivette, 1993; Tice, Baumeister, 1997). Згідно з основними положеннями біхевіоризму прокрастинація тлумачиться як механізм уникнення особистістю аверсивного стимулу (Ruchl, Sirois, 2016; Rothblum, Solomon, Murakami, 1986). Ґрунтуючись на ключових принципах когнітивної психології, науковці це поняття визначають як поведінковий розлад, що ґрунтується на ірраціональному мисленні (Ainslie, Haslam, 1992; Rorer, 1983).

Попри значну увагу вчених до окресленої проблематики, зокрема й у контексті академічної діяльності особистості, наукові праці стосовно неї є фрагментарними та не дають цілісного уявлення щодо сутності цього конструкту. Недостатньо висвітленим залишається широкий спектр особливостей прояву деструктивної дилаторної поведінки. Зокрема, більш ґрунтовне вивчення вказаного феномену, із погляду типологічного підходу, становило б підґрунтя для виявлення його нових граней, а відтак сприяло б пошуку ефективних способів редукції прокрастинації.

Отже, **мета** статті полягає у виокремленні на емпірико-діагностичному рівні типів прокрастинації й описі їхньої внутрішньої структури.

Методи та процедура дослідження. Сформульовану мету реалізовано за допомогою широкого комплексу психодіагностичних методик, зорієнтованих на виявлення індивідуальних особливостей досліджуваних, серед яких – методика діагностики конструкту прокрастинації О. Журавльової, О. Журавльова, методика діагностики ірраціональних установок А. Елліса, опитувальник «Велика тривимірна шкала перфекціонізму» М. Сміта, Д. Саклофскі, Й. Стоєбера, С. Шеррі (адаптація Т. Грубі), опитувальник «Рівень суб'єктивного контролю» Е. Бажина, Є. Голикіна, А. Еткінда, опитувальник часової перспективи Ф. Зімбардо (адаптація О. Сенік), методика діагностики індивідуальної міри рефлексивності А. Карпова, Фрайбурзький особистісний опитувальник (FPI) (адаптація А. Крилова), опитувальник «Мотивація успіху та страх невдачі» (А. Реан), методика діагностики мотиваційної структури особистості (В. Мільман), методика вивчення стратегій копінг-поведінки (SACS), методика «Стильова саморегуляція поведінки людини» (ССП-98) (В. Моросанова).

В емпіричному дослідженні взяло участь 347 студентів різних форм навчання Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, Луцького національного технічного університету, Київського національного економічного університету імені Вадима Гетьмана віком 18–47 років. Указаний віковий діапазон респондентів визначався відсутністю сьогодні в Україні обмежень за цим показником для вступу на навчання в заклади вищої освіти.

Усі розрахунки здійснено із застосуванням програмного забезпечення SPSS 22.0, Microsoft Excel 2019.

Обговорення результатів. У результаті вивчення особистості прокрастинатора отримано великий масив емпіричних даних у вигляді широкого спектра притаманних йому когнітивних, афективних, мотиваційних і конативних властивостей (див. табл. 1).

Із метою зниження розмірності ознак, що корелюють між собою, та їх компактного й структурованого представлення застосовано процедуру факторного аналізу, що дало змогу забезпечити узагальнену репрезентацію даних із мінімальними втратами вихідної інформації.

Статистичній обробці на вказаному етапі дослідження піддавалися лише дані, отримані у вибірці студентів із високим рівнем прокрастинації ($n = 97$). Зауважимо, що аналізувалися лише результати за шкалами використаних методик, тоді як загальні показники, зафіксовані в респондентів за кожним із тестів, не враховувалися.

Факторизація матриці діагностичних критеріїв здійснювалася за допомогою методу головних компонент (Principal Components) із їх наступним варімакс-обертанням (Varimax). Ступінь придатності отриманих нами даних для застосування вказаного статистичного методу перевірявся за допомогою критерію Кайзера-Мейєра-Олкіна. Отримане значення (КМО 0,693) засвідчило достатню міру вибіркової адекватності. Придатність даних для проведення цієї статистичної процедури підтверджена й показником критерію сферичності Барлетта (Bartlett's Test of Sphericity), значущим на рівні $p < 0,001$. У результаті проведення аналізу виокремлено шість факторів, для визначення кількості яких застосовано критерій відсіювання Кеттелла (scree-test).

Значення факторних навантажень представлено в табл. 2.

Таблиця 2

Власні значення визначених факторів

Фактор	Навантаження фактора після обертання		
	усього	навантаження, %	кумулятивний показник навантаження, %
1	3,626	13,944	13,944
2	3,543	13,626	27,570
3	2,943	11,320	38,891
4	2,882	11,084	49,975
5	2,177	8,374	58,349
6	1,760	6,767	65,116

Факторну структуру психологічних властивостей особистості, схильної до прояву прокрастинації, відображено в табл. 3.

Таблиця 3

Факторна структура психологічних властивостей особистості, схильної до прокрастинації

	Фактор					
	1	2	3	4	5	6
Депресивність	0,849					
Емоційна лабільність	0,833					
Невротичність	0,723					
Сором'язливість	0,619					
Негативне минуле	0,582					
Дратівливість	0,508					
Реактивна агресивність		0,816				
Асоціальні дії		0,793				
Спонтанна агресивність		0,754				
Непрямі дії		0,627				
Агресивні дії		0,612				
Упевненість, що всі щось винні		0,501				
Загальна активність			0,901			
Соціальна корисність			0,817			

Закінчення таблиці 3

	1	2	3	4	5	6
Творча активність			0,798			
Життєзабезпечення			0,730			
Стурбованість помилками				0,770		
Самокритика				0,722		
Планування				0,665		
Сумніви у власних діях				0,663		
Майбутнє				0,523		
Асертивні дії					0,746	
Гедоністичне теперішнє					0,722	
Катастрофізація						0,783
Фрустраційна інтолерантність						0,693

Отже, перейдемо до детального сутнісного аналізу кожного з виокремлених параметрів. *Перший фактор* містить шість компонентів: депресивність (0,849), емоційну лабільність (0,833), невротичність (0,723), сором'язливість (0,619), негативне минуле (0,582), дратівливість (0,508), – що описують 13,94 % дисперсії загального масиву даних. Його названо «емоційно-дезадаптивним», адже змістове наповнення його складових частин указує на домінування в афективній сфері особистості негативних переживань і досвіду.

Загальний внесок у сумарну дисперсію *другого фактора* становить 13,62 %. До його складу входять такі компоненти, як реактивна агресивність (0,816), асоціальні дії (0,793), спонтанна агресивність (0,754), непрямі дії (0,627), агресивні дії (0,612), упевненість у тому, що всі мені щось винні (0,501). Відтак визначаємо вказаний чинник як «агресивно-маніпулятивний».

Третій фактор пояснює 11,32 % дисперсії даних й об'єднує мотиви загальної активності (0,901), соціальної корисності (0,817), творчої активності (0,798), життєзабезпечення (0,730). Отже, указаний параметр містить елементи, які характеризують винятково мотиваційну сферу респондентів. Відтак вважаємо доречним присвоєння йому назви «мотиваційний».

Четвертий фактор визначається п'ятьма елементами, як-от: стурбованість помилками (0,770), самокритика (0,722), планування

(0,665), сумніви у власних діях (0,663), майбутнє (0,523) – та охоплює 11,08 % дисперсії даних. Аналіз змістового навантаження його компонентів свідчить про те, що в той час як одна частка критеріїв характеризує самоставлення досліджуваних, решта складників відображає особливості їх спрямованості на майбутні життєві події. Відтак фактор характеризуємо як «самоцінно-прогностичний».

П'ятий фактор містить два показники: асертивні дії (0,746), гедоністичне теперішнє (0,722), – сумарний внесок у дисперсію яких становить 8,37 %. Зауважимо, що у випадку демонстрування високих оцінок респондентами за двома вказаними ознаками вони виявлятимуть спрямованість на отримання задоволення від кожного моменту життя й одночасне розв'язання поточних проблем. Відтак цей фактор названо «пристосуванням».

Шостий фактор також уключав два елементи, а саме: катастрофізацію (0,783), фрустраційну інтолерантність (0,693), – які описують 6,76 % дисперсії даних. Обидва критерії відображають схильність особистості до прояву дезадаптивних когніцій. Відтак указаний параметр характеризуємо як «ірраціональний».

Зауважимо, що шість виокремлених чинників описують 65,12 % дисперсії, тобто достатню частину загального об'єму даних.

Редукція широкого масиву емпіричної інформації в результаті застосування факторного аналізу становила підґрунтя для подальшої перевірки припущення щодо можливості виокремлення різних типів прокрастинаторів унаслідок різної міри вираженості властивих їм індивідуальних особливостей. Із цією метою реалізовано процедуру кластерного аналізу методом *k*-середніх.

Кластерний аналіз – це сукупність методів, що дають змогу класифікувати багатомірні спостереження, кожне з яких описується набором вихідних змінних $X_1, X_2 \dots X_n$ на основі попарного порівняння цих об'єктів за попередньо визначеними й вимірними критеріями. Метою вказаного способу обробки інформації є утворення груп схожих між собою об'єктів, які називаються кластерами.

На підставі аналізу отриманих результатів нами встановлено, що різні поєднання виокремлених вище параметрів диференціюють вибірку студентів, схильних до прокрастинації, на чотири кластери (табл. 4).

Аналізуючи змістове наповнення кожної з виокремлених груп, можемо помітити різну представленість у них тих чи інших індивідуальних властивостей. Саме ці критерії взято за основу під час формулювання назв типів прокрастинаторів.

Таблиця 4

Кластерні групи студентів, схильних до прокрастинації

Фактор	Кластер 1	Кластер 2	Кластер 3	Кластер 4
Емоційно-дезадаптивний	0,64	-1,00	-0,22	0,37
Агресивно-маніпулятивний	-0,10	-0,89	0,26	0,44
Мотиваційний	-0,45	0,87	-0,14	0,68
Самоцінно-прогностичний	0,26	-0,04	-0,02	-0,59
Пристосування	-0,09	-0,16	0,55	-1,65
Ірраціональний	0,80	0,58	-0,57	-0,73

Перший кластер об'єднав студентів, у структурі особистості яких найбільш вираженими виявилися схильності до ірраціонального мислення й негативних емоційних переживань. Дещо меншою мірою спостерігаємо в них і прояв «самоцінно-прогностичного» фактора. Водночас зауважимо, що на етапі кореляційного аналізу зафіксовано зв'язки прокрастинації з діагностичними критеріями «Майбутнього» та «Планування», які становили основу останнього чинника, що відзначався негативними значеннями. А отже, можемо констатувати, що важливою характеристикою цієї групи осіб є неспроможність чітко визначати бажаний сценарій розвитку подій власного життя та відповідно оптимізувати, зважаючи на нього, свою активність. Ґрунтуючись на вищевказаних особливостях цього типу прокрастинаторів, інтерпретуємо його як «ірраціонально-астенічний» (рис. 1).

Результати діагностики досліджуваних другої групи (рис. 2) свідчать про домінування в їхньому особистісному профілі «мотиваційного фактора».

Відзначимо, що з усіма мотивами, котрі увійшли до його складу, попередньо нами виявлено обернені кореляції з рівнем схильності індивіда до зволікання. Отже, ключовою властивістю вказаних респондентів є відсутність інтенцій, які б відігравали роль вагомих спонук до включення в цілеспрямовану діяльність. Окрім того, достатньо яскраво в них виражається схильність до дисфункціональних когніцій. Відтак описаний тип прокрастинаторів отримав назву «демотивовано-ірраціональний».

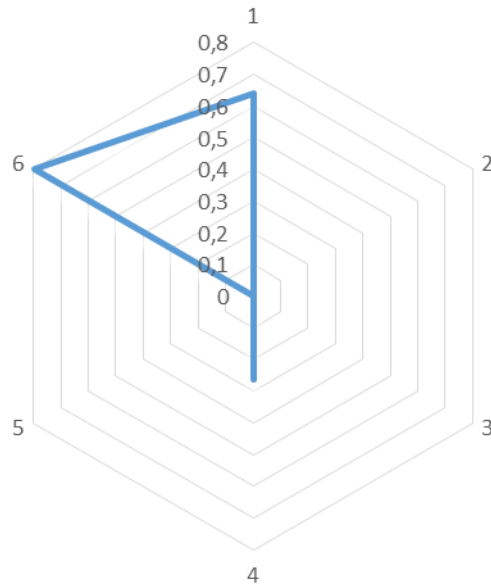


Рис. 1. «Ірраціонально-астенічний» тип прокрастинатора

Примітка. Тут і наступні 1 – емоційно-дезадаптивний, 2 – агресивно-маніпулятивний, 3 – мотиваційний, 4 – самоцінно-прогностичний, 5 – пристосування, 6 – ірраціональний.

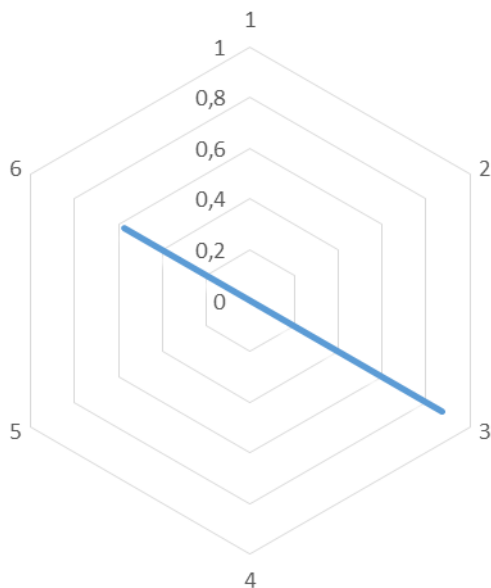


Рис. 2. «Демотивовано-ірраціональний» тип прокрастинатора

Графічне зображення отриманих даних у межах третього кластера (рис. 3) становить підґрунтя для його визначення як «дезадаптивно-агресивного».

Так, найбільшої міри значущості, відповідно до представлених результатів, у студентів цієї групи набуває фактор «пристосування», який, як зазначено вище, уключає два критерії. У той час, як перший

із них («гедоністичне теперішнє») указує на сконцентрованість цих осіб на поточному моменті та їхньому бажанні отримати максимальне задоволення від нього, другий показник («асертивні дії»), як виявлено нами раніше, характеризується зворотним зв'язком із прокрасти-нацією, а отже, свідчить про несформованість спроможності кон-структивно й самостійно розв'язувати проблемні ситуації.

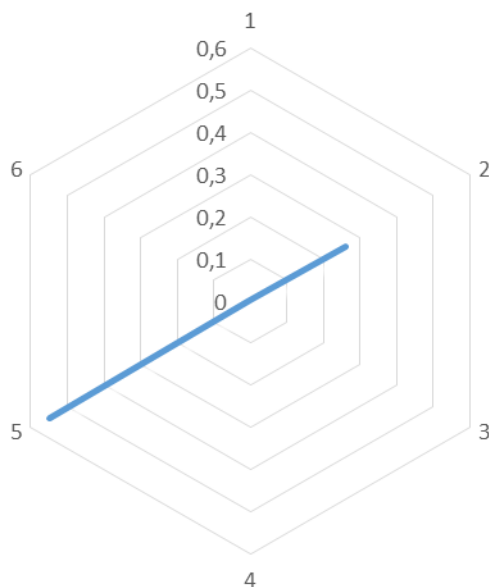


Рис. 3. «Деадаптивно-агресивний» тип прокрастинатора

Отже, у випадку виникнення неприємних стресових завдань ука-зана група досліджуваних схильна залишати їх без конструктивного рішення, зосереджуючись при цьому на чуттєвих задоволеннях нагальних, хоча й не надто важливих, потреб. Водночас помітного прояву в цих респондентів набуває «агресивно-маніпулятивний фак-тор», що відображає підвищений рівень ворожості й деструктивності в процесі побудови стосунків із соціальним оточенням.

Четвертий тип прокрастинаторів – «мотиваційно-астенічний» (рис. 4).

Як видно з представленого зображення, як і в осіб, котрі ввійшли в другий кластер, найбільш вираженою особливістю представників цієї групи виявився низький рівень умотивованості. Однак у цьому разі демотивація поєднується з агресивно-маніпулятивними та емо-ційно-деадаптивними схильностями.

Відсоткову представленість кожного з виокремлених типів про-крастинаторів відповідно до міри вираженості діагностованих особис-тисних властивостей відображено на рис. 5.

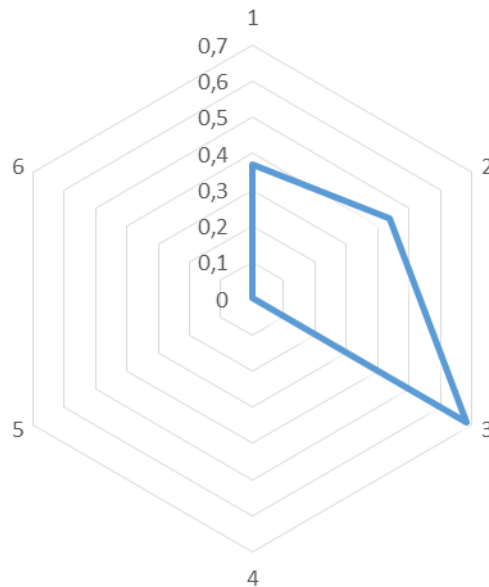


Рис. 4. «Мотиваційно-астенічний» тип прокрастинатора

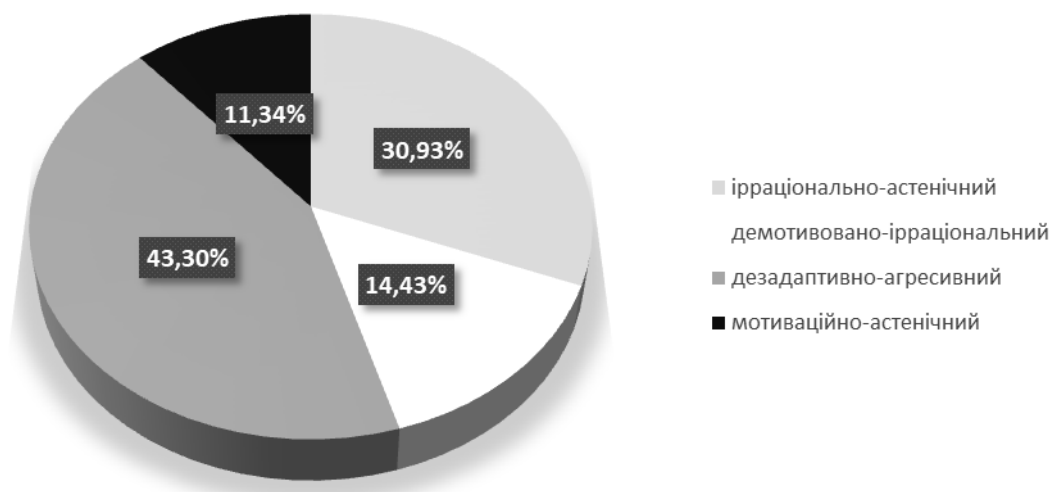


Рис. 5. Відсоткова представленість різних типів прокрастинаторів

Отже, найбільшу частку (43,30 %) вибіркової сукупності становлять прокрастинатори дезадаптивно-агресивного типу, 30,93 % студентів демонструють ірраціонально-астенічні особливості у власній поведінці, 14,43 % – виявляють схильність до зволікання за демотивовано-іраціональним типом. І найменша кількість (11,34 %) осіб увійшла до мотиваційно-астенічного кластера.

Висновки й перспективи. Результати проведеного емпіричного дослідження підтверджують доцільність тлумачення прокрастинації як інтегрального особистісного конструкту, що охоплює низку когнітивних, емоційних, мотиваційних та конативних властивостей інди-

віда. Різна міра прояву виокремлених особистісних характеристик у структурі досліджуваного феномену дала змогу виокремити його типи: «емоційно-дезадаптивний», «агресивно-маніпулятивний», «мотиваційний», «самоцінно-прогностичний», «притосування», «іраціональний».

Перспективи подальших досліджень убачаємо у створенні комплексу рекомендацій, спрямованих на редукцію дилаторної поведінки для студентів із врахуванням виявлених специфічних особливостей різних типів прокрастинації.

References

1. Ainslie, G., Haslam, N. (1992). Hyperbolic discounting. In G. Loewenstein & J. Elster (Eds.), *Choice over time*, 57–92. Russell Sage Foundation.
2. Burka, J. B., Yuen, L. M. (2008). *Procrastination: Why you do it, what to do about it*. Cambridge: Da Capo Press.
3. Ferrari, J. R., Olivette, M. J. (1993). Perceptions of parental control and the development of indecision among late adolescent females. *Adolescence*, 28, 963–970.
4. Pychyl, T. A., Sirois, F. M. (2016). Procrastination, emotion regulation, and well-being. In F. M. Sirois & T. A. Pychyl (Eds.), *Procrastination, health, and well-being*, 163–188. Elsevier Academic Press.
5. Rorer, L. G. (1983). «Deep» RET: A reformulation of some psychodynamic explanations of procrastination. *Cognitive Therapy and Research*, 7, 1–9.
6. Rothblum, E. D., Solomon, L. J., Murakami, J. (1986). Affective, cognitive, and behavioral differences between high and low procrastinators. *Journal of Counseling Psychology*, 33(4), 387–394.
7. Tice, D. M., Baumeister, R. F. (1997). Longitudinal study of procrastination, performance, stress, and health: The cost and benefits of dawdling. *Psychological Science*, 8(6), 454–458.

Received: 06.11.2020

Accepted: 28.11.2020