

DOI 10.15593/2224-9354/2018.2.2

УДК 316.6–057.875

М.Б. Колесниченко, О.Ю. Паршакова**СОЦИОЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД
К СТУДЕНЧЕСКОЙ ПРОКРАСТИНАЦИИ**

Анализируется явление прокрастинации, связанное с осознанным выбором индивидов откладывать необходимые дела, не выполнять работу вовремя, что влечет за собой отрицательные последствия. Исследователи феномена прокрастинации подчеркивают, что существует множество критериев, по которым классифицируются причины и последствия откладывания дел. Исследовательское поле российской социологии в отношении проблемы прокрастинации отличается новизной и слабой изученностью при всей ее типичности и распространенности. Сущность социологического подхода заключается в особом внимании к осуществлению людьми сознательного выбора траекторий распределения дел. Дан обзор зарубежных и отечественных авторов, изучающих прокрастинацию. Показана взаимосвязь феномена прокрастинации с такими явлениями, как хикикомори, эскейпизм, дауншифтинг и др. Подчеркивается, что одним из распространенных видов в настоящее время является академическая прокрастинация. Обосновано употребление термина «студенческая прокрастинация» для данной работы. Приведены результаты пилотажного социологического исследования студентов вузов. Показательно, что подавляющая часть респондентов откладывают выполнение заданий на долгий срок. Была выстроена типология, состоящая из трех основных типов: абсолютный не-прокрастинатор, продуктивный и непродуктивный прокрастинатор. На распространенность различных типов прокрастинаторов среди студентов влияют пол, семейное положение, условия первичной социализации, успеваемость, участие во внеучебной деятельности, социометрический статус. Так, среди семейных студентов преобладает тип абсолютный не-прокрастинатор, а среди холостых преобладают непродуктивные прокрастинаторы; чем выше успеваемость, тем реже встречаются непродуктивные прокрастинаторы.

Ключевые слова: *прокрастинация, студенческая прокрастинация, поведение, феномен, эскейпизм, стресс.*

Прокрастинация – поведение, при котором проявляется тенденция откладывать выполнение необходимых дел «на потом». Как любое комплексное явление, содержащее когнитивный, эмоциональный, поведенческий, подсознательный компоненты, феномен прокрастинации связан с такими защитными механизмами, изучаемыми психологами, как перфекционизм, тревожность, мотивация и самомотивация [1, с. 88, 90], копинг-стратегия (поведение, связанное с противостоянием стрессу в повседневности). Сходными явлениями могут быть лень (прокрастинации, в отличие от лени, свойственны негативные эмоциональные переживания, внутренний дискомфорт), проблемы в осуществлении тайм-менеджмента [2].

© Колесниченко М.Б., Паршакова О.Ю., 2018

Колесниченко Милана Борисовна – канд. социол. наук, доцент кафедры «Социология и политология» ФГБОУ ВО «Пермский национальный исследовательский политехнический университет», e-mail: milana72000@mail.ru.

Паршакова Ольга Юрьевна – магистрант, ФГБОУ ВО «Пермский национальный исследовательский политехнический университет», e-mail: olga.parshakowa@yandex.ru.

В условиях жизнедеятельности современного общества, которое предъявляет серьезные требования к самостоятельности и ответственности личности и социальных групп, к управлению информационными потоками, ритмом жизни, актуальность проблемы описываемого явления возрастает. С позиции современной социологии акцент в осуществлении уклонения от ведущей деятельности в определенный период времени ставится на выполнение индивидом сознательного выбора. Актуальность темы прокрастинации также обусловлена тем, что она относится к разделу социологии девиантного поведения, носит массовый характер, имеет негативные последствия, а именно: нарушение поставленных сроков, общая неудовлетворенность своей основной деятельностью, в том числе непродуктивность выполняемых действий.

Первыми исследователями прокрастинации в 1970–1980-х годах были П. Рингенбах, Л. Соломон, К. Лэй, А. Эллис и др. N. Milgram [3, p. 488] с соавторами изучали такие виды прокрастинации, как бытовая (откладывание «регулярных» домашних дел), невротическая (откладывание жизненно важных решений), поведенческая (компульсивная), в принятии решений и академическая, т.е. запаздывание со сроками выполнения учебных заданий, подготовки докладов, статей, экзаменов. В конце концов данные виды были сведены только к двум основным: откладывание выполнения заданий и откладывание принятия решений.

Среди отечественных исследователей прокрастинации следует отметить Я.И. Варваричеву, В.С. Ковылина, Н. Шухову и др. Сходный феномен с использованием термина «лень» описывали Е.П. Ильин, Е.Л. Михайлова, С.Т. Посохова и др. [4, с. 654; 5, с. 108]. Исследования О.С. Виндекер [6], Т.Л. Сморгаловой, В.П. Серкина [7, с. 99] посвящены неврозу или сценарию «отложенной жизни». Т.В. Зарипова, Н.А. Данилова [8], Н.Н. Карловская, Р.А. Баранова, Е.В. Лебедева, Е.А. Ипполитова и др. изучают академическую прокрастинацию. Анализируя работы исследователей, можно сделать вывод о том, что наиболее изученной является академическая прокрастинация, что объясняется возможностью легкой диагностики социальной группы студентов, а также возрастной предрасположенностью (приблизительно больше половины российских студентов считают себя прокрастинаторами).

По данным Д. Пожаровой [9, с. 729], на развитие академической прокрастинации влияют такие факторы, 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. Академическая прокрастинация проявляется сильнее, если студенты больше ориентированы на одобрение со стороны сверстников, меньше самоутверждаются в глазах родителей, в большей степени отсутствует интерес к учебной деятельности и ниже успеваемость. Предикторами прокрастинации можно предполагать ориентацию на гедонистические установки, низкий уровень контроля за выполнением социальных действий и др. [10, с. 95].

В рамках исследований девиантного поведения так или иначе граничит с феноменом прокрастинации ряд явлений, например, хикикомори, эскейпизм, дауншифтинг, некоторые виды зависимостей.

Образ жизни хикикомори, или хикки (в переводе с японского «острая социальная самоизоляция»), в современной Японии стал настолько популярным, что потребовалось принятие мер на государственном уровне [11, с. 77]. Молодые люди – приверженцы данного явления – отказываются от общественной жизни, иногда проявляя крайнюю степень социальной изоляции (отсутствие работы, жизнь на иждивении родственников, игровая зависимость). Существуют другие обозначения подобного явления (в США «basement dwellers», в Европе, Великобритании «NEET (Not in Employment, Education or Training)»). Предпринимаются попытки исправить сложившуюся ситуацию с помощью терапии в специализированных клиниках либо в клубах для необщительных людей.

На основе пробного исследования было выявлено [12, с. 103], что степень интернет-зависимости становится сильнее с ростом уровня материального положения, а также по мере того, как индивид ведет более замкнутый образ жизни. Явлению подвержены в основном молодые люди мужского пола, на фоне увлечения онлайн-играми. С возрастом влияние зависимости уменьшается, однако само явление в целом имеет тенденцию к увеличению.

Эскейпизм означает стремление индивидов уйти, убежать от социальной реальности. Реакция может быть активной – чрезмерная погруженность, переключение в какую-либо деятельность (спорт, фитнес, карьера, мода и т.д.) либо пассивной – чтение, интернет-зависимость, алкоголизм и др. В первом случае практически отсутствует социальная изоляция, однако эскейпизм может проявиться в территориальной изоляции с переездом в глухие места. В таких случаях явление становится сходным с дауншифтингом, также приобретающим различные формы. Так, переключение на более низкую скорость, снижение темпа жизни, переход на «экономичный» вариант, на более гибкий график работы (фриланс) может проявляться в проведении топ-менеджерами большего времени с семьей, в отказе от автомобилей в пользу велосипедов, в интересе к своему внутреннему миру [13, с. 169]. Основной чертой российского дауншифтинга является переезд в деревню или на экопоселение, поворот к экологии, затворничеству, определенная «инфантилизация» (игнорирование проблем, связанных с социализацией и образованием детей). Данная проблема лежит в плоскости девиации, в частности, близка к социальному ретритизму [13, с. 171].

Весной 2017 года было проведено социологическое исследование процесса прокрастинации. Поскольку термин «академический» воспринимается более широко и включает аспекты взаимодействия большого круга лиц учебного заведения и его среды, например, профессорско-преподавательский состав, сотрудники ректората, деканата, библиотеки и т.д., было употреблено

понятие «студенческая прокрастинация». Под ним понималось сознательное откладывание выполнения учебных заданий студентами и принятия решений, совершение вместо них непродуктивных действий, приводящее к негативным последствиям.

Объектом пилотажного исследования были студенты (100 чел.) российских вузов (Пермь, Екатеринбург, Москва, Санкт-Петербург). Использован адаптированный опросник К. Лэя [14], проведен социометрический опрос [15].

Результаты исследования показали, что большинство студентов (91,0 %) откладывают выполнение заданий или принятие решений на более поздний срок, что свидетельствует о масштабах изучаемого явления. Если проанализировать, как студенты распределяют время, освободившееся после отложенных дел, то больше половины (57,0 %) из них используют его для отдыха, и только свыше трети респондентов (37,0 %) тратят освободившееся время на другие, не менее важные и срочные дела.

При рассмотрении такого параметра, как осознанность откладывания дел, почти половина респондентов, по их мнению, переносит задания или принятие решений на более поздний срок не преднамеренно, а в ходе сложившихся обстоятельств. Остальная половина студентов переносит выполнение заданий умышленно, осознанно. Скорее всего, сложившаяся картина требует дальнейшего изучения, тем не менее доля осознанной прокрастинации достаточно велика.

В качестве основной типологии в исследовании использовалась следующая (основания выделения типов – продуктивность выполняемых действий, откладывание выполнения должных действий или принятий решений на более поздний срок, негативные последствия, осознанность):

1. Абсолютный не-прокрастинатор, которому свойственны продуктивность, выполнение должных действий или принятие решений без откладывания на более поздний срок, отсутствие негативных последствий (не нарушает сроки сдачи работ; не откладывает на потом выполнение заданий; сознательно не переносит принятие решений; сначала выполняет более срочные дела, а после них берется за отложенное дело).

2. Продуктивный прокрастинатор обладает продуктивностью, откладыванием выполнения должных действий на более поздний срок без негативных последствий (как правило, не нарушает сроки сдачи работ, обычно откладывает выполнение заданий или принятие решений на потом; не делает все сразу; выполняет другие важные и более срочные учебные задачи, а после них берется за отложенное дело).

3. Непродуктивный прокрастинатор характеризуется непродуктивностью, откладыванием действий и принятия решений с возможными негативными последствиями (нарушает сроки сдачи работ; обычно откладывает выполнение заданий или принятие решений на потом; сознательно переносит

выполнение учебных заданий на более поздний срок; в освободившееся после отложенных дел время отдыхает, занимается любимыми делами, решает бытовые вопросы, общается с друзьями).

Полученные результаты (рисунок) показали, что количество абсолютных не-прокрастинаторов является минимальным (5,0 %), а также количество продуктивных и непродуктивных прокрастинаторов в 7,2 раза превышает количество первых (по 18,0 %, в сумме 36 %). Данные еще раз подтвердили распространенность изучаемого явления и серьезность проблемы.

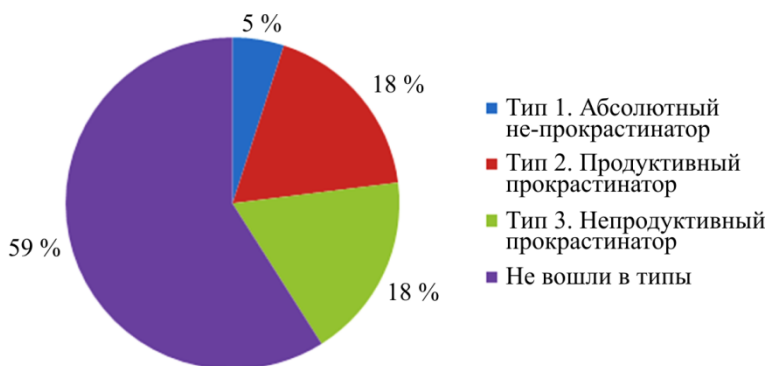


Рис. Распределение типов среди всех респондентов (в % от общего числа опрошенных)

Больше трети мужчин являются непродуктивными прокрастинаторами, меньше одной десятой – продуктивными, наименьшая доля – абсолютные не-прокрастинаторы (таблица). Среди женщин одну четвертую часть составляют продуктивные прокрастинаторы, около одной десятой – непродуктивные, наименьшую, как и у мужчин, – абсолютные не-прокрастинаторы. Возможно, это связано с особенностями мотивации женщин, свойственным женщинам ритмом многозадачности, а также распространенным в быту представлением о том, что женщина не должна отдыхать и празднично проводить время, в то время как к мужчинам такие требования незначительны или отсутствуют.

По таблице можно сделать вывод о том, что среди мужчин чаще других типов встречаются непродуктивные прокрастинаторы, в то время как среди женщин – продуктивные прокрастинаторы.

Зависимость типа прокрастинации от пола (в % от числа опрошенных в каждой группе)

Пол	Тип		
	Абсолютный не-прокрастинатор	Продуктивный прокрастинатор	Непродуктивный прокрастинатор
Мужчина	4,5	9,1	36,4
Женщина	5,1	20,5	12,8

По данным исследования подтвердилось, что семейное положение влияет на прокрастинацию: чем серьезнее и ближе отношения к оформлению брака, тем меньше встречаются непродуктивные прокрастинаторы. Среди женатых/замужних студентов преобладает тип абсолютный не-прокрастинатор (40,0 %), в 2 раза меньшую долю представляет тип непродуктивный прокрастинатор, продуктивных прокрастинаторов нет. Среди холостых преобладают непродуктивные прокрастинаторы (24,0 %). Среди студентов, находящихся в отношениях, больше всего продуктивных прокрастинаторов (20,6 %). Все студенты, практикующие сожительство, являются продуктивными прокрастинаторами.

Если сравнивать процессы первичной социализации в городских и сельских условиях, можно утверждать, что чаще встречается тип непродуктивного прокрастинатора среди городских студентов. Городской образ жизни по сравнению с сельским насыщен разнообразием вариантов для проведения досуга, развлечения доступнее. Городская жизнь наполнена стрессами, характеризуется динамичным ритмом жизни, способствует уходу от сложной реальности с возможным перерастанием в болезненную прокрастинацию.

Анализ зависимости прокрастинации от успеваемости студентов показал, что среди отличников преобладают продуктивные прокрастинаторы (41,7 %) и совсем отсутствуют непродуктивные прокрастинаторы. Отчасти это можно объяснить тем, что достаточно напряженная учеба в вузах, повышенные требования к ней для отличников способствуют тому, что приходится откладывать выполнение некоторых заданий с тем, чтобы выполнить их более качественно. Среди троечников выявлен только один тип – непродуктивные прокрастинаторы. Аналогична связь проявления прокрастинации с долей участия студентов во внеучебной деятельности: те, кто принимают участие, практически не являются непродуктивными прокрастинаторами, и наоборот.

Впервые было апробировано измерение социометрического статуса в сопоставлении с тенденциями прокрастинации. Измерение проводилось по трем параметрам: помощь в подготовке к занятиям, выполнение функции старосты, откровенность в плане личных переживаний. Выявлено, что среди респондентов, являвшихся социометрическими звездами, не встретились непродуктивные прокрастинаторы. Данный тип также не проявился ни по одному вопросу в качестве наиболее популярной позиции, он чаще других типов являлся пренебрегаемым и отверженным по измеряемым параметрам. Не было найдено статистически значимой взаимосвязи по таким параметрам, как курс обучения, условия проживания, количественный состав семьи, наличие дополнительной занятости.

Обнаруженные в пилотажном исследовании тенденции имеют важное значение в социологическом изучении феномена прокрастинации и согласуются с выводами проведенных исследований, рассмотренных ранее.

Список литературы

1. Тронь Т.М. Феномен прокрастинации: причины возникновения // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. – 2017. – Т. 6, № 2А. – С. 88–95.
2. Морозова О.В. Тайм-менеджмент в системе социального управления // Вестник Томского государственного университета. – 2010. – № 334. – С. 35–39.
3. Milgram N.A., Batory G., Mowrer D. Correlates of Academic procrastination. *Journal of school psychology*. – 1993. – No. 31 (4). – P. 487–500.
4. Мычко В.Н. Прокрастинация как феномен и образ жизни современного человека // Молодой ученый. – 2016. – № 25 (129). – С. 651–654.
5. Чеврениди А.А. Прокрастинация в структуре временных отношений личности // Вестник ЮУрГУ. Психология. – 2016. – Т. 9, № 3. – С. 104–113. DOI: 10.14529/psy160311
6. Виндекер О.С. Психологические корреляты прокрастинации и сценарий отложенной жизни // Известия Уральского федерального университета. Сер. 1. Проблемы образования, науки и культуры. – 2016. – № 2 (150). – С. 98–108.
7. Серкин В.П., Быкова И.А. Жизнь в ипотеке: психологические особенности // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2015. – Т. 3, № 3(63). – С. 98–106.
8. Зарипова Т.В., Данилова Н.А. Взаимосвязь академической прокрастинации и учебной мотивации студента // Омский научный вестник. Социально-экономические и общественные науки. – 2015. – № 4 (141). – С. 122–126.
9. Пожарова Д. Уровень академической прокрастинации у студентов вузов Москвы, Владивостока и Ставрополя из семей разного типа // Сборник научно-исследовательских работ студентов – победителей конкурса НИРС 2013–2014 гг. – М.: Изд. дом Высшей школы экономики, 2015. – С. 721–730.
10. Барабанщикова В.В., Останина М.В., Климова О.А. Феномен прокрастинации в деятельности спортсменов индивидуальных и командных видов спорта // Национальный психологический журнал. – 2015. – № 3 (19). – С. 91–104.
11. Давыдов О.Б. Философский аспект социального эскапизма в эпоху виртуальности // Вестник СВФУ. – 2015. – Т. 12, № 2. – С. 77–81.
12. Колесниченко М.Б., Колупаева В.В. Социальные аспекты интернет-зависимости молодежи // Вестник Пермского национального исследовательского политехнического университета. Социально-экономические науки. – 2017. – № 1. – С. 97–104.

13. Овечкина Я.В. Дауншифтинг как проявление социального ретритизма // Социально-экономические явления и процессы. – 2013. – № 8 (054). – С. 168–172.

14. Виндекер О.С., Останина М.В. Формальный и содержательный анализ шкалы общей прокрастинации С.Н. Lay (на примере студенческой выборки) // Актуальные проблемы психологического знания: теоретические и практические проблемы психологии. – 2014. – № 1 (30). – С. 116–126.

15. Социометрические исследования в социальных сетях как инструментарий социологии и политологии [Электронный ресурс] / Л.А. Бершадская, А.С. Биккулов, Е.В. Болгова, А.В. Чугунов, А.В. Якушев // Современные проблемы науки и образования. – 2012. – № 4. – URL: <http://science-education.ru/ru/article/view?id=6901> (дата обращения: 22.03.2018).

References

1. Tron' T.M. Fenomen prokrastinacii: prichiny vzniknovenija [Procrastination phenomenon: origins]. *Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches*, 2017, vol. 6, no. 2A, pp. 88–95.

2. Morozova O.V. Taim-menedzhment v sisteme sotsial'nogo upravleniia [Time management in the system of social management]. *Tomsk State University Journal*, 2010, no. 334, pp. 35–39.

3. Milgram N.A., Batory G., Mowrer D. Correlates of academic procrastination. *Journal of School Psychology*, 1993, no. 31 (4), pp. 487–500.

4. Mychko V.N. Prokrastinacija kak fenomen i obraz zhizni sovremennogo cheloveka [Procrastination as a phenomenon and way of life of modern man]. *Young Scientist*, 2016, no. 25 (129), pp. 651–654.

5. Chevrenidi A.A. Prokrastinatsiia v strukture vremennykh otnoshenii lichnosti [Procrastination in the structure of personality's temporal relations]. *Bulletin of the South Ural State University. Ser. Psychology*. 2016, vol. 9, no. 3, pp. 104–113. DOI: 10.14529/psy160311.

6. Vindeker O.S. Psikhologicheskie korreliaty prokrastinatsii i stsenarii otlozhennoi zhizni [Psychological correlates of procrastination and scenario of delayed life]. *Izvestia Ural federal university journal. Series 1, Issues in education, science and culture*, 2016, no. 2 (150), pp. 98–108.

7. Serkin V.P., Bykova I.A. Zhizn' v ipoteke: psikhologicheskie osobennosti [Life in the mortgage: the psychological constitution]. *Bulletin of Kemerovo State University*, 2015, no. 3(63), vol. 3, pp. 98–106.

8. Zaripova T.V., Danilova N.A. Vzaimosviaz' akademicheskoi prokrastinatsii i uchebnoi motivatsii studenta [Correlation between academic procrastination and student's learning motivation]. *The Journal Omsk Scientific Bulletin. Series Society. History. Modernity*, 2015, no. 4(141), pp. 122–126.

9. Pozharova D. Uroven' akademicheskoy prokrastinacii u studentov VUZov Moskvyy, Vladivostoka i Stavropol'ya iz semej raznogo tipa [The level of academic procrastination among students of Moscow, Vladivostok and Stavropol from families of different types]. *Sbornik nauchno-issledovatel'skih rabot studentov – pobeditelej Konkursa NIRS 2013-2014 gg.* Moscow, 2015, pp. 721–730.

10. Barabanshchikova V.V., Ostanina M.V., Klimova O.A. Fenomen prokrastinatsii v deiatel'nosti sportsmenov individual'nykh i komandnykh vidov sporta [Procrastination phenomenon in individual and team sports of athletes' activities]. *National Psychological Journal*, 2015, no. 3 (19), pp. 91–104.

11. Davydov O.B. Filosofskii aspekt sotsial'nogo eskapizma v epokhu virtual'nosti [Philosophical aspect of social escapism in the age of virtuality]. *Vestnik of North-Eastern Federal University*, 2015, vol. 12, no. 2, pp. 77–81.

12. Kolesnichenko M.B., Kolupaeva V.V. Sotsial'nye aspekty internet-zavisimosti molodezhi [Social aspects of the youth Internet-dependence]. *PNRPU Sociology and Economics Bulletin*, 2017, no. 1, pp. 97–104.

13. Ovechkina Ia.V. Daunshifting kak proiavlennie sotsial'nogo retritizma [Downshifting as manifestation of social retreatism]. *Social and Economic Phenomena and Processes*, 2013, no. 8 (054), pp. 168–172.

14. Vindeker O.S., Ostanina M.V. Formal'nyi i sodержatel'nyi analiz shkaly obshchei prokrastinatsii C.H. Lay (na primere studencheskoi vyborki) [The formal and substantive analysis of the C.H Lay's overall procrastination scale (on the student sample example)]. *Aktual'nye problemy psichologicheskogo znaniya: teoreticheskie i prakticheskie problemy psichologii*, 2014, no. 1 (30), pp. 116–126.

15. Bershadskaya L.A., Bikkulov A.S., Bolgova E.V., Chugunov A.V., Iakushev A.V. Sotsiometricheskie issledovaniia v sotsial'nykh setiakh kak instrumentarii sotsiologii i politologii [Sociometry research in social networks as instrument for sociology and political science]. *Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya*, 2012, no. 4, available at: <http://science-education.ru/ru/article/view?id=6901> (accessed 22 March 2018).

Оригинальность 94 %

Получено 18.10.2017 Принято 20.11.2017 Опубликовано 29.06.2018

M.B. Kolesnichenko, O.Yu. Parshakova

SOCIOLOGICAL APPROACH TO STUDENT PROCRASTINATION

This article analyzes the phenomenon of procrastination associated with conscious choice of individuals to defer necessary business, not to do a work in time, thus entailing negative consequences. Researchers of phenomenon of procrastination emphasize that there are many criteria by which the causes and consequences of postponing are classified. The research field of Russian sociology with regard to the problem of procrastination is distinguished by novelty and low knowledge in spite of its typical character and extent. The essence of the sociological approach consists in special attention to the conscious choice people do in respect to trajectories of work distribution. Works of foreign and domestic authors who study procrastination were reviewed. A connection between procrastination and other phenomena such as hikikomori, escapism, downshifting etc. is shown. It is stressed that one of the most common types is currently academic procrastination. The use of the term student procrastination is justified for this work. The results of the pilot survey of university students are revealed. It is significant that the vast majority of respondents postpone task solving for a long time. A typology was built, consisting of three main types: absolute non-procrastinator, productive and non-productive procrastinator. Prevalence of different types of procrastination among students is influenced by the sex, marital status, conditions of primary socialization, academic achievements, participation in extracurricular activities, sociometric status. Thus, among married students absolute non-procrastinator dominates and among those unmarried unproductive procrastinator dominates; the higher grades, the rarer unproductive procrastinators can be met.

Keywords: procrastination, student procrastination, behavior, phenomenon, escapism, stress.

Milana B. Kolesnichenko – Candidate of Sociological Sciences, Associate Professor, Dept. of Sociology and Political Science, Perm National Research Polytechnic University, e-mail: milana72000@mail.ru.

Olga Yu. Parshakova – Graduate Student, Perm National Research Polytechnic University, e-mail: olga.parshakowa@yandex.ru.

Received 18.10.2017

Accepted 20.11.2017

Published 29.06.2018