

УДК 159.923

ФЕНОМЕН АКАДЕМИЧЕСКОЙ ПРОКРАСТИНАЦИИ: ПОДХОДЫ К ПОНИМАНИЮ

И. П. Батуро

курсант 1 курса факультета милиции

Могилевского института МВД Республики Беларусь

Научный руководитель: И. Л. Лукашкова,

*доцент кафедры социально-гуманитарных дисциплин
Могилевского института МВД Республики Беларусь,*

кандидат педагогических наук, доцент

Несмотря на то, что проблема прокрастинации исследуется уже более 40 лет, она не теряет своей актуальности из-за масштабов распространенности в современном обществе. Так, по результатам исследований, количество прокрастинирующих людей в начале XX века достигло 60 % [1]. В научно-методической литературе под прокрастинацией понимают поведенческий паттерн, который выражается в осознанном откладывании значимых дел на неопределенное время [2]. Прокрастинация может затрагивать различные сферы деятельности субъекта. Проявление данного феномена в учебной деятельности получило название академической прокрастинации (далее — АП) — откладывание установленных сроков выполнения учебных задач и проектов, подготовки к аттестации [3]. Важным является изучение подходов к пониманию АП, что позволит внести ясность в представления о ее природе и способах преодоления.

Анализ исследовательских работ по проблеме АП показал, что она рассматривается с различных позиций:

1) как ошибка саморегуляции: АП — следствие недостаточного уровня развития мотивационно-волевых процессов, неумения рационально планировать и расходовать время, отведенное на учебный процесс [4];

2) как способ избавления от негативных переживаний: АП является своеобразной эмоциональной регуляцией, которая в краткосрочной перспективе позволяет обучающемуся избавиться от стресса; для таких студентов характерно неадекватное представление о собственном настоящем «Я» и будущем «Я»; для снижения общей тревоги они перекладывают ответственность за невыполнение академических заданий с себя настоящего на себя будущего [5];

3) как личностная черта: АП имеет тесные связи с другими чертами — невротизмом и перфекционизмом [6].

Таким образом, АП представляет собой сложный психологический феномен. Неоднозначность в его понимании указывает на необходимость проведения дальнейших исследований, направленных на уточнение представлений

о сущности природы данного явления, его структуры, факторов, выступающих ключевыми детерминантами, разработки мер профилактики и коррекции АП.

1. Stell P. The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of self-regulatory failure // Psychological Bulletin. 2007. Vol. 133 (1). P. 65–94. [Вернуться к статье](#)
2. Киселева М. А. Теоретический анализ позитивных и негативных аспектов прокрастинации личности // Гуманизация образования. 2014. № 6. С. 68–73. [Вернуться к статье](#)
3. Milgram N. A., Batori G., Mowrer D. Correlates of academic procrastination // Journal of School Psychology. 1993. Vol. 31. P. 487–500. [Вернуться к статье](#)
4. Zack S., Hen M. Academic interventions for academic procrastination: A review of the literature // Journal of Prevention & Intervention Community. 2018. Vol. 46 (2). P. 117–130. [Вернуться к статье](#)
5. Eisenbeck N., Carreno D. F., Uclés-Juárez R. From psychological distress to academic procrastination: Exploring the role of psychological inflexibility // Journal of Contextual Behavioral Science. 2019. Vol. 13. P. 103–108. [Вернуться к статье](#)
6. Hen M., Goroshit M. The effects of decisional and academic procrastination on students' feelings toward academic procrastination // Current Psychology. 2020. Vol. 39 (2). P. 556–563. [Вернуться к статье](#)