

the acting profession, which have a high potential for both creative and personal development, and the development of areas for professional retraining of teaching staff in the theatrical field.

Keywords: *satisfaction, quality of education, educational environment, innovative education, digitalization, psychological safety, motivation for educational and professional activities, communicative culture.*

Об авторе:

СЕРГИЕНКО Елена Леонидовна – кандидат психологических наук, доцент кафедры философии, истории и теории культуры ФГБОУ ВО «Театральный институт имени Бориса Щукина при Государственном академическом театре имени Евгения Вахтангова», Москва, SPIN-код: 7293-1915, e-mail: hope432810@yandex.ru

Author information:

SERGIENKO Elena Leonidovna – candidate of psychological sciences, associate professor of the department of philosophy, history and theory of culture, Boris Shchukin Theater Institute at the Vakhtangov State Academic Theatre, Moscow, SPIN-code: 7293-1915, e-mail: hope432810@yandex.ru

УДК 159.9: 37.015.3

ФЕНОМЕН ПРОКРАСТИНАЦИИ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧИТЕЛЯ: ОБЗОР ЗАРУБЕЖНЫХ ИСТОЧНИКОВ

В.В. Сизова

ФГБОУ ВО «Тверской государственный технический университет», г. Тверь

© Сизова В.В., 2022

DOI: 10.46573/2409-1391-2022-2-78-83

***Аннотация.** В статье приводится обзор зарубежной литературы по исследованию прокрастинации среди учителей. Рассматриваются причинно-следственные связи, управленческий, личностный, ситуационный, компетентностный, мотивационный и эмоциональный аспекты данного явления. Результаты исследований позволяют предположить, что, несмотря на умеренный уровень прокрастинации, учителя могут подвергаться риску негативных последствий прокрастинационного поведения.*

***Ключевые слова:** прокрастинация учителя, стресс учителя, причинно-следственные связи, обзор зарубежных источников.*

Профессия учителя обычно характеризуется высокой степенью самоорганизации. Большую часть своих рабочих дней и лет педагоги могут работать автономно и в собственном темпе. Действительно, подавляющее большинство учителей выбрали преподавание по внутренним мотивам и, что вполне ожидаемо, преданы своему делу. Однако может быть и так, что условия труда являются проблематичными для некоторых учителей, поскольку специфика их работы, в частности высокая

автономность преподавательской профессии, также требует сформированных навыков самоконтроля. Некоторые учителя здесь могут столкнуться со сложностями, которые, помимо других, могут привести к известного рода нежелательному поведению, нередко наблюдаемому в педагогической среде, а именно к прокрастинации.

Данная статья посвящена обзору современных зарубежных источников по явлению прокрастинации среди учителей и основана на имеющихся в свободном доступе данных, отобранных из современной научной прессы стран Азии, Европы и Северной Америки [1–14]. Для анализа источников использовались дискриптивный метод, аспектный анализ, синтез и структурирование. В статье рассматриваются причинно-следственные связи, управленческий, личностный, ситуационный, компетентностный, мотивационный и эмоциональный аспекты данного явления.

На ранних этапах данный феномен изучали и классифицировали В. Миссилдин (1963), Д. Эйнсли (1975), Л. Соломон и Э. Розблум (1984), С. Лэй (1986), Д. Феррари (1991), Н. Милграм (1992), К. Сенекаль (1995), Д. Тайс (1997) и другие исследователи.

Предполагается, что прокрастинация нарушает процесс управления человеком своим поведением в виде добровольного и неоправданного откладывания намеченного действия, несмотря на неизбежное ухудшение ситуации из-за промедления [12]. При этом следует отметить, что подавляющее большинство зарубежных эмпирических исследований по прокрастинации проводилось на основе выборок из учащихся. Имеются лишь отдельные эмпирические данные по прокрастинации среди учителей, на основании которых сделан вывод о том, что это явление приводит к негативным последствиям, таким как повышение уровня стресса и снижение удовлетворенности учителя своей профессиональной деятельностью. «Снижение удовлетворенности от работы учителем и учительский стресс, в свою очередь, связаны с профессиональным выгоранием» [11, с. 520].

Считается, что, помимо отрицательных личностных и физических последствий для отдельного человека, «стресс и выгорание учителя также оказывают негативное воздействие на связанных с ним учащихся и их достижения» [9, с. 789].

«Прокрастинация – комплексное явление, делающее его трудноотличимым от других подобных концепций, а также его часто легко ошибочно принять за то, чем оно не является, например за плохую способность к организации рабочего времени или лень» [12]. Некоторые исследователи приводят доводы, что откладывание намеченных действий не имеет негативных последствий или может даже оказаться полезным для некоторых индивидов [1]. По мнению В. Ван Эрде, последствия включают в себя увеличение испытываемого стресса и ухудшение здоровья, депрессию и негативные эмоции, такие как беспокойство и стыд [3, с. 1404]. Хотя прокрастинация, как отмечают К. Ким и Э. Сео, является динамической характеристикой педагога в определенных ситуациях и уменьшается с возрастом, она, как правило, считается стабильной во времени и в разных контекстах, что дает основание считать ее одной из личностных черт [4].

Л. Соломон и Э. Розблум приходят к выводу, что прокрастинация может быть вызвана сложившейся ситуацией или характером конкретной задачи. Они провели факторный анализ самоотчетов и поведенческих данных 342 студентов педагогических факультетов университетов, чтобы определить конкретные причины этого явления. Исследователи обнаружили, что отторжение задачи (неприязнь к решаемой задаче) было важным фактором, ведущим к прокрастинации [11]. Позже, развивая эти выводы, А. Блант и Т. Пичил выделили различные аспекты отторжения задачи (аффект, личное значение, автономия), которые могут возникать на различных этапах выполнения задач / проектов [2]. Они выявили положительную корреляцию между каждым из основных компонентов неприязни к задаче и прокрастинацией практически на всех этапах проекта. П. Стил [12]

также показал, что отвращение к задаче сыграло важную роль в запуске механизма прокрастинации. Он установил, что чем больше людям не нравилось задание, воспринимаемое ими как неприятное, скучное, неинтересное, трудное или вызывающее тревогу, тем в большей степени было выражено явление прокрастинации.

М. Хагбин и соавторы [13] также обнаружили связь между страхом неудачи и прокрастинацией. В частности, исследователи выявили, что это отношение было опосредовано потребностью в автономии. Существуют эмпирические данные, согласно которым прокрастинация связана с сомнениями человека в собственной компетентности или с отсутствием уверенности в себе.

Так, Ван Эрдэ [3] и П. Стил [12] обнаружили умеренно выраженную обратную корреляцию между уверенностью в себе и прокрастинацией.

Прокрастинация также изучалась с мотивационной точки зрения Р. Райаном и Э. Деси, в частности через призму теории самодетерминации [8, с. 61–62]. Они обнаружили, что прокрастинация в значительной степени обратно зависима от внутренней мотивации и положительно коррелирует с внешними требованиями и отсутствием мотивации. Эти результаты сходятся с результатами М. Хагбина и соавторов [13] о том, что недостаточная самостоятельность, ведущая к внешнему управлению и отсутствию мотивации, приводит к прокрастинирующей модели поведения.

Прокрастинация также рассматривается Т. Пичил и Ф. Сируа как следствие неудачного управления своими эмоциями и поведением [7, с. 163]. Они утверждают, что прокрастинация является результатом попыток людей стимулировать их сиюминутное настроение, что подразумевает провал в управлении своим поведением. Например, выполнение вызывающего отвращение задания может привести к негативным эмоциям, таким как беспокойство или разочарование. Поэтому, чтобы улучшить свое настроение, они пасуют перед необходимостью выполнения такой задачи и прокрастинируют [7, с. 168, 170]. Недавние исследования подтвердили, что контроль поведения и контроль эмоций действительно играют особую роль в прокрастинации. М. Эккерт и соавторы в своем экспериментальном исследовании [14, с. 11–18] приходят к выводу о том, что когда испытуемые научились эмоционально приспособляться, например терпеть и смягчать негативные чувства, то прокрастинация снижалась.

Вслед за исследованием прокрастинации, возникающей в результате сиюминутных желаний и выгод, П. Стил [12] предложил концепцию соблюдения сроков, основанную на поощрениях и наказаниях. Согласно данной концепции, несмотря на то что люди могут иметь серьезное намерение выполнить определенную задачу в определенное время, они откладывают ее решение в пользу другой деятельности. Имеющиеся данные подтверждают тот факт, что прокрастинаторы предпочитают краткосрочные выгоды, т. е. делают что-то приносящее незамедлительное удовлетворение вместо того, чтобы выполнить стоящую перед ними задачу и выиграть в долгосрочной перспективе.

Поскольку трудовая деятельность учителей не относится к обычным профессиям с пятидневной рабочей неделей, восьмичасовым рабочим днем и фиксированным рабочим местом, а большую часть своей карьеры им необходимо трудиться автономно и практически бесконтрольно, то в этой профессии высока вероятность откладывания дел. Существуют разрозненные эмпирические данные, на основе которых можно сделать вывод, что прокрастинация является проблемой для некоторых учителей. Б. Нгуен с соавторами отнесли профессию педагога к категории профессий с умеренным уровнем прокрастинации. Они пришли к выводу об

умеренном риске прокрастинации в профессии учителя по сравнению, например, с официантами, риск для которых был определен как высокий, и служащими вооруженных сил, которые были классифицированы как специалисты низкого риска прокрастинации [6, с. 393].

Ф. Мохсин и Н. Аюб [5], изучив данные, полученные на основе самооценочной шкалы от 150 учителей старших классов средней школы, обнаружили, что прокрастинация в значительной степени прямо пропорционально связана со стрессом на работе. Кроме того, они выявили значительную обратную связь между прокрастинацией и удовлетворенностью своей работой. Как выяснилось, учительский стресс и недостаток удовлетворенности своей работой в свою очередь связаны с такими проблемами, как выгорание и низкая эффективность [10, с. 520–521].

Принято считать, что профессия учителя требует больших психологических и эмоциональных затрат. Своеобразный ситуационный контекст педагогической профессии предоставляет потенциальную нишу для такого явления, как учительская прокрастинация.

Результаты исследований позволяют предположить: независимо от того факта, что учителя показывают умеренный уровень прокрастинации, они могут подвергаться риску негативных последствий прокрастинационного поведения. К таким негативным последствиям относятся усиление испытываемого стресса, выгорание, отсутствие уверенности в себе, снижение эффективности труда и удовлетворенности работой.

Библиографический список

1. Abramowski A. Is procrastination all that “bad”? A qualitative study of academic procrastination and self-worth in postgraduate university students (Абрамовски А. Так ли плохо прокрастинировать? Качественное исследование академической прокрастинации и самооценки у аспирантов). URL: <https://www.researchgate.net/publication/323434015> (дата обращения: 01.03.2022).
2. Blunt A.K., Pychyl T.A. Task aversiveness and procrastination: a multi-dimensional approach to task aversiveness across stages of personal projects (Блант А., Пичил Т. Отвращение к задачам и прокрастинация: многомерный подход к отвращению к задачам на этапах личных проектов). URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886999000914> (дата обращения: 27.03.2022).
3. Ван Эрде В. Номологическая прокрастинация: результаты метаанализа / Личность и индивидуальные различия. 2003. № 35. С. 1401–1418.
4. Kim K.R., Seo E.H. The relationship between procrastination and academic performance: a meta-analysis (Ким К., Сео Э. Связь между прокрастинацией и успеваемостью: метаанализ). URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886915001610?via%3Dihub> (дата обращения: 27.03.2022).
5. Mohsin F.Z., Ayub N. The relationship between procrastination, delay of gratification, and job satisfaction among high school teachers (Мохсин Ф., Аюб Н. Взаимосвязь между прокрастинацией, отсрочкой вознаграждения и удовлетворенностью работой среди учителей старших классов). URL: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/jpr.12046> (дата обращения: 21.02.2022).
6. Влияние прокрастинации на рабочем месте и влияние рабочего места на прокрастинацию / Б. Нгуен [и др.] // Отбор и оценка. 2013. № 21. С. 388–399.
7. Пичил Т., Сируа Ф. Прокрастинация, регулирование эмоций и благополучие // Прокрастинация, здоровье и благополучие; под ред. Ф.М. Сируа и Т.А. Пичил. Лондон: Academic Press, 2016. С. 163–188.

8. Райан Р., Деси Э. Внутренние и внешние мотивы: классические определения и новые направления // Современная образовательная психология. 2000. № 25. С. 54–67.
9. Обучение внимательности и снижение стресса и выгорания учителей: результаты двух рандомизированных полевых испытаний / Р. Розер [и др.] // Образовательная психология. 2013. № 105. С. 787–804.
10. Скалвик Э., Скалвик С. Имеет ли значение школьный контекст? Зависимость выгорания учителя от удовлетворенности работой // Обучение и образование учителя. 2009. № 25. С. 518–524.
11. Solomon L., Rothblum E. Academic procrastination Frequency and cognitive-behavioral correlates (Соломон Л., Розблум Э. Академическая прокрастинация: частота и когнитивно-поведенческие корреляты). URL: <https://www.researchgate.net/publication/232500904> (дата обращения: 27.03.2022).
12. Steel P. The nature of procrastination a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. Psychol. Bull 133_65-94 (Стил П. Природа прокрастинации: метааналитический и теоретический обзор типичных неудач саморегуляции). URL: <https://www.researchgate.net/publication/6598646> (дата обращения: 20.02.2022).
13. Haghbin M., McCaffrey A., Pynchyl T.A. The Complexity of the Relation between Fear of Failure and Procrastination (Хагбин М., Маккаффри А., Пичил Т.А. Сложность связи между страхом неудачи и прокрастинацией). URL: <https://www.researchgate.net/publication/257594565> (дата обращения: 01.03.2022).
14. Преодолеть прокрастинацию: приобретение навыков регулирования эмоций уменьшает прокрастинацию / М. Эккерт [и др.] // Изучение индивидуальных различий. 2016. № 52. С. 10–18.

PROCRASTINATION IN TEACHER'S PROFESSIONAL ACTIVITY: A REVIEW OF INTERNATIONAL SOURCES

V.V. Sizova

Tver State Technical University, Tver

Abstract. *The article provides the review of international publications on the phenomenon of procrastination among teachers. Cause-and-effect relationships, managerial, personal, situational, competency-based, motivational and emotional aspects of this phenomenon are considered. Research findings suggest that despite the fact that teachers show moderate levels of procrastination in their profession, they might be at risk of negative outcomes if they are engaged in procrastinating behavior.*

Keywords: *teacher procrastination, teacher stress, causal relationships, review of international sources.*

Об авторе:

СИЗОВА Виктория Валентиновна – кандидат психологических наук, доцент, зав. кафедрой иностранных языков ФГБОУ ВО «Тверской государственный технический университет», Тверь, SPIN-код: 3455-82-42, e-mail: vicas2005@yandex.ru

Author information:

SIZOVA Victoria Valentinovna – candidate of psychological sciences, associate professor, head of the second languages subdepartment, Tver State Technical University, Tver, SPIN-code: 3455-82-42, e-mail: vicas2005@yandex.ru

УДК 159.9

ИССЛЕДОВАНИЕ СПЕЦИФИКИ СТРУКТУРНЫХ КОМПОНЕНТОВ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КЛИМАТА В СТУДЕНЧЕСКОМ КОЛЛЕКТИВЕ

С.И. Филиппченкова, Е.В. Балакшина

ФГБОУ ВО «Тверской государственный технический университет», г. Тверь

© Филиппченкова С.И., Балакшина Е.В., 2022
DOI 10.46573/2409-1391-2022-2-83-87

***Аннотация.** В статье обсуждается проблема формирования социально-психологического климата в образовательной организации. Отмечается важность положительно складывающихся межличностных отношений в студенческом коллективе для достижения значительных успехов в учебной деятельности и иных видах социальной активности. На основе теоретического анализа описываются значимые составляющие данного возрастного периода, его трудности, а также влияние на дальнейшее профессиональное развитие. Приводятся первичные ориентиры для психологической службы в контексте обеспечения комфортного нахождения студентов в «стенах» вуза. В рамках известных научных направлений рассматриваются смежные понятия, которые наравне с изучаемым нами явлением раскрывают детерминанты (позитивные или негативные) взаимодействия человека в группе. Приводятся результаты скринингового обследования.*

***Ключевые слова:** социум, социальная атмосфера, социально-психологический климат, студенчество, учебная деятельность.*

***Актуальность.** Студенчество – один из наиболее значимых этапов в жизни молодых людей. В течение этого недолгого периода жизни будущие специалисты должны освоить комплекс необходимых профильных знаний, овладеть соответствующими навыками и умениями, которые будут способствовать успешному вхождению в профессию, карьерному росту [6]. В процессе активного общения и взаимодействия в учебной среде учащиеся устанавливают особые отношения в системе «студент – преподаватель», «студент – коллектив», приобретают определенный социальный статус и социальную позицию [5]. При этом переживания за будущее, за успехи в учебе, а также интенсивная работа над собой требуют от студентов максимальной реализации внутренних (психологический потенциал) и внешних ресурсов (социальная мобильность) [10, 11]. В связи с этим планомерное наблюдение за психологическим состоянием студенческого контингента (за адаптацией, субъективным благополучием, включенностью в коммуникации) и своевременное*