

УДК 159.99

**Исследование академической прокрастинации и
самоэффективности у студентов**

Симонова А. Д.

Белорусский национальный технический университет

Минск, Беларусь

Научный руководитель: к.п.н., доцент Пуїман С. А.

Аннотация:

Данная научная работа посвящена исследованию прокрастинации, самоэффективности и их взаимосвязи у студентов. Выявлено, что большинству студентов характерен высокий уровень прокрастинации и средний уровень самоэффективности. Результаты показали, что существует взаимосвязь между уровнями самоэффективности и прокрастинации. Выяснено, что чем выше уровень самоэффективности у студента, тем ниже уровень прокрастинации.

Академическая прокрастинация – это склонность откладывать выполнение учебных заданий, курсовых проектов, подготовку к экзаменам. В настоящее время это широко распространенное явление среди студентов. Причинами академической прокрастинации являются неспособность сконцентрироваться, страх неудач, отсутствие мотивации для выполнения задачи или неприязнь к ней.

Самоэффективность – это способность индивида организовывать и осуществлять действия, направленные на достижение желаемой цели. Канадский психолог Альберт Бандура утверждал, что люди с высокой самоэффективностью с большей готовностью берутся за выполнение сложных задач, в то время как люди с низкой самоэффективностью изначально настроены на неудачу и пытаются избежать их [1].

Данная научная работа направлена на изучение академической прокрастинации и самоэффективности, а также их взаимосвязи у студентов.

Исследование проводилось на базе БНТУ, на факультете информационных технологий и робототехники. В качестве респондентов выступили студенты дневной формы обучения в возрасте 17–25 лет, выборка составила 173 студента. В процессе исследования были

использованы опросные методы и статистический анализ. Для проведения опроса были использованы следующие методики:

1. Шкала академической прокрастинации у студентов К. Лэя [2]
2. Шкала самооффективности Р. Шварцера и М. Ерусалема [3].

На начальном этапе исследования был измерен уровень прокрастинации у студентов. Сумма баллов респондентов находится в интервале от 31 до 85, то есть от низкого до высокого уровня прокрастинации. Средний балл по результатам опроса составил 57,3.

Низкий уровень склонности к прокрастинации был отмечен у 17,4 % (30 человек), средний у 41 % (71 человек), высокий у 41,6 % (72 человека).

Опираясь на полученные результаты, можно говорить о том, что подавляющее большинство студентов склонно к частой прокрастинации.

Следующим этапом исследования стало измерение уровня самооффективности респондентов. Средний балл по выборке составил 29,6, что соответствует среднему уровню самооффективности.

Высокий уровень самооффективности был выявлен у 14,7 % (25 человек), выше среднего у 36,4 % (63 человека), средний у 37,5 % (65 человек), ниже среднего у 8 % (14 человек), низкий у 3,4 % (6 человек).

Анализируя результат, можно сделать заключение, что для большинства студентов характерен средний и выше среднего уровни самооффективности.

Гипотезой данного исследования является предположение, что существует связь между уровнем академической прокрастинации и уровнем самооффективности студентов. Данная гипотеза была разделена на две статистические гипотезы:

H0: Корреляция между показателями уровня академической прокрастинации и уровнем самооффективности у студентов не отличается от 0.

H1: Корреляция между показателями уровня академической прокрастинации и уровнем самооффективности у студентов отличается от 0.

Для сравнения двух признаков, измеренные в одной и той же выборке, был использован метод ранговой корреляции Спирмена.

Результат корреляционного анализа показал, что при двухстороннем критерии значимости коэффициент корреляции равен – 0,344. Следовательно, нулевая гипотеза отвергается, и принимается альтернативная гипотеза, свидетельствующая, что корреляция между уровнем прокрастинации и уровнем самооффективности имеет

статистическую значимость. Учитывая вышеизложенное, можно прийти к выводу, что академическая прокрастинация связана с уровнем самооффективности студентов. Коэффициент корреляции Спирмена имеет отрицательное значение, это свидетельствует об отрицательной корреляции. Соответственно, чем выше уровень самооффективности у студента, тем ниже его уровень прокрастинации. Верно и обратное утверждение, что, чем выше уровень прокрастинации, тем ниже уровень самооффективности у студентов.

Список использованных источников:

1. Bandura a. Social learning theory & social cognitive learning theory. [электронный ресурс] – режим доступа: https://www.researchgate.net/publication/267750204_bandura's_social_learning_theory_social_cognitive_learning_theory – дата доступа: 15.10.2022.
2. Lay c. Procrastination scale. [электронный ресурс] – режим доступа: <https://www.yorku.ca/rokada/psyctest/prcrasts.pdf> – дата доступа: 15.10.2022.
3. Schwarzer, r., & jerusalem, m. General self-efficacy scale [электронный ресурс] – режим доступа: [https://www.drugsan-dal-cohol.ie/26768/1/general_self-efficacy_scale % 20\(gse\).pdf](https://www.drugsan-dal-cohol.ie/26768/1/general_self-efficacy_scale%20(gse).pdf) дата доступа: 15.10.2022.

УДК 159.99

Стили поведения в конфликте и особенности межличностных отношений сотрудников организации

Стрига А. А., выпускница

Филиал ФГБОУ ВО

«Российский государственный социальный университет»

Минск, Республика Беларусь

Научный руководитель: к.психол.н., доцент Семёнова Е. М.