

ПСИХОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ, АКМЕОЛОГИЯ

УДК 159.9.07; 37.015.3
DOI: 10.17223/17267080/68/10

Р.М. Хусаинова

Казанский (Приволжский) федеральный университет (Казань, Россия)

Проявление феномена прокрастинации у учителей в зависимости от качества жизни

Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ
(проект 17-29-02092 офи_м).

Статья посвящена анализу взаимосвязи феномена прокрастинации с показателями качества жизни учителей. Внимания заслуживает вывод о том, что показатели «прокрастинация», «избегание» и «сверхбдительность» являются системообразующими и влияют на качество жизни педагогов. Феномен прокрастинации прямо взаимосвязан с непродуктивными копинг-стратегиями и обратно взаимосвязан с теми сферами жизни учителя, которые обеспечивают его эффективную профессиональную деятельность. Важным является акцентирование внимания на том, что профессиональное функционирование учителей возможно при условии удовлетворения их потребностей в физической и психологической безопасности, финансовой стабильности.

Ключевые слова: прокрастинация; стратегии принятия решений; паттерн поведения; качество жизни; педагогическая деятельность.

Введение

Интернет-ресурсы и блоги пестрят обсуждением проблем общей загруженности учителя. В образовательной сфере феномен прокрастинации возможен как проявление сопротивления той реальности, которая создается вокруг учителей в современной школе. Эта ситуация порождает актуальность исследования прокрастинации в педагогической деятельности.

Феномен прокрастинации, появившийся в научных исследованиях менее 50 лет, назад интенсивно изучается в последние два десятилетия. Его рассматривают во взаимосвязи с когнитивными процессами, эмоциональными, мотивационно-поведенческими проявлениями личности [1, 2], биологическими факторами, с такими особенностями поведения, как задержка поиска надлежащего ухода от проблем со здоровьем, неорганизо-

ванность, общая поведенческая ригидность [3, 4]. Список последствий прокрастинации пополняют исследования, указывающие, что прокрастинация уменьшает благосостояние, увеличивает проявление симптомов проблем психического здоровья [5].

Итак, прокрастинация представляет собой комплексный в психологическом плане феномен и включает в себя поведенческие, эмоциональные и когнитивные компоненты.

В работах ряда авторов указано, что основные сферы проявления прокрастинации – это профессиональная деятельность, забота о здоровье, обучение (академическая прокрастинация) [6, 7]. Таким образом, прокрастинация, описываемая в научном дискурсе как проблема личности, все больше выходит на первый план и становится проблемой общества. Соответственно, вполне предполагаем значительный рост исследовательской и публикационной активности в разработке аспектов проявления феномена прокрастинации в профессиональной деятельности. Данный феномен в трудовой деятельности изучался на примере IT специалистов и членов виртуальных проектных групп [8]. У сотрудников IT-компаний прокрастинация способствует нарастанию когнитивных нагрузок. Показатель волевой регуляции деятельности, особенно со стороны компонента регуляции поведения в ситуации неудачи, оказался связанным с депрессивными и тревожными состояниями [8. С. 49]. Исследователи также выяснили, что феномен прокрастинации у членов проектных групп, рассматриваемый в связи с различным уровнем выраженности профессионального стресса, связан с симптомами хронического утомления, истощения и когнитивной напряженности.

Описаны особенности прокрастинации у руководящих работников физической культуры и спорта [9], спортсменов высшей профессиональной квалификации, спортсменов индивидуальных и командных видов спорта [10]. Спортсмены командных видов спорта склонны к прокрастинации в большей степени, по сравнению со спортсменами индивидуальных видов спорта, а также более склонны оценивать свое прошлое как негативное. У сотрудников современных организаций [11] предикторами прокрастинации являются высокий уровень профессионального стресса и его последствия в виде повышенной тревоги и депрессии.

David Allen [12], эксперт в вопросах управления временем и личной продуктивности, одной из причин проявления прокрастинации называет переутомление, вызванное многолетней напряженной работой. По его мнению, самые частые жертвы прокрастинации – это профессионалы в возрасте от 40 лет, которые были все предыдущие годы ответственны и исполнительны и сейчас пытаются сохранить набранный ранее темп работы. В данном случае прокрастинация является реакцией обессиленного организма на возрастающие требования профессиональной и окружающей среды. Указывается, что прокрастинация часто возникает в комплексе с какой-либо хронической болезнью.

Итак, в силу значимости социального запроса феномен прокрастинации и его проявления в различных видах профессиональной деятельности изучаются достаточно широко. Анализ публикаций относительно проявления данного феномена в педагогической деятельности позволяет утверждать, что в зарубежных исследованиях данный вопрос описан более разносторонне, чем в отечественных. На выборке учителей начальной школы он освещался в контексте проявления у учителей начальных классов феномена прокрастинации, подверженности стрессу и умению с ним справляться [13]; изучался вопрос взаимосвязи прокрастинации с профессиональным стрессом у учителей, работающих в средних классах школы; исследовались особенности взаимосвязи между прокрастинацией и удовлетворенностью работой учителя [14]; изучался вопрос взаимосвязи прокрастинации и стилей принятия решений руководителями образовательных организаций [15]. Отечественные исследователи Н.Н. Карловская и И.Л. Шистакова [16] изучали взаимосвязь прокрастинации и перфекционизма у учителей.

В анализируемых исследованиях указывается на обнаруженную прямую взаимосвязь между прокрастинацией и уровнем стресса, прокрастинацией и эмоциональной нестабильностью, отрицательную взаимосвязь между прокрастинацией и удовлетворенностью работой учителя, между прокрастинацией и перфекционизмом. Отмечается взаимосвязь прокрастинации с рациональными, интуитивными, зависимыми, избегающими и спонтанными стилями в принятии решений администрацией школы.

Методы и методики исследования

Анализ исследований взаимосвязи прокрастинации с указанными психическими явлениями позволил посмотреть на изучаемый феномен шире. Была поставлена задача изучить особенности проявления прокрастинации у учителей во взаимосвязи с оценкой ими качества своей жизни в целом. По ВОЗ качество жизни – это восприятие индивидами их положения в жизни в контексте культуры и системы ценностей, в которых они живут, в соответствии с целями, ожиданиями, нормами и заботами. В качестве гипотезы исследования было выдвинуто предположение, что прокрастинация взаимосвязана с теми сферами жизни учителя, которые относятся к выполнению им профессиональных обязанностей.

Для решения исследовательских задач использовались следующие диагностические методики:

1. Методика Б. Тукмана «Шкала общей прокрастинации» (General Procrastination Scale, B. Tuckman, TGPS, валидизирована в 2009 г. Н.Г. Гаранян). Опросник состоит из 35 утверждений, с которыми испытуемый выражает свое согласие или несогласие. Методика включает в себя 25 прямых и 10 реверсивных вопросов и позволяет оценить характерологическую склонность к прокрастинации.

2. Мельбурнский Опросник Принятия Решений (МОПР), адаптированный Т.В. Корниловой в 2013 г. и направленный на диагностику индивидуального стиля принятия решений. Опросник включает 22 утверждения, согласие с которыми оценивается испытуемым по 3-балльной шкале. Методика позволяет диагностировать четыре свойства, трактуемых как продуктивный (бдительность) и непродуктивные копинги (избегание, прокрастинация и сверхбдительность) в ситуации принятия решений. Шкала «бдительность» описывается как готовность к обдумыванию целей, направленность на сбор информации и рассмотрение различных вариантов решений. «Избегание» интерпретируется как тенденция оставлять принятие решений другим людям. «Прокрастинация» описывается как склонность откладывать принятие серьезных решений либо игнорировать эту необходимость, отвлекая внимание на мелкие дела и развлечения. «Сверхбдительность» – склонность искать решение вопроса импульсивно, в ситуации дефицита времени.

3. Опросник «ВОЗ КЖ 100», русскоязычная версия которого валидирована ВОЗ в 2005 г. Является инструментом для оценки меры благополучия обследуемого и его удовлетворенности разными аспектами жизнедеятельности. Качество жизни рассматривается ВОЗ как многомерная сложная структура, включающая восприятие индивидом своего физического и психологического состояния, своего уровня независимости, своих межличностных отношений, своих личных убеждений, равно как и своего отношения к значимым характеристикам окружающей среды.

Опросник включает шесть сфер и 24 субсферы. Каждая субсфера описывается вопросами, предельная суммарная оценка (с учетом направленности ответов) которых является одинаковой для всех субсфер. Она имеет заданные интерпретационные интервалы для оценки качества жизни. Так, диапазон от 4 до 6 соответствует очень плохой оценке качества жизни, диапазон от 7 до 10 – плохой, 11–13 – средней, 14–17 – хорошей, а 18–20 – очень хорошей.

К сферам относятся Физическая сфера, Психологическая сфера, Уровень независимости, Социальные отношения, Окружающая среда, Духовная сфера.

Субсферы включают 24 шкалы от F1 до F24:

F1. Физическая боль и дискомфорт.

F2. Жизненная активность, энергия и усталость.

F3. Сон и отдых.

F4. Положительные эмоции.

F5. Познавательные функции (мышление, обучаемость, память и концентрация).

F6. Самооценка.

F7. Образ тела и внешность.

F8. Отрицательные эмоции.

F9. Подвижность.

- F10. Способность выполнять повседневные дела.
- F11. Зависимость от лекарств и лечения.
- F12. Способность к работе (работоспособность).
- F13. Личные отношения.
- F14. Практическая социальная поддержка.
- F15. Сексуальная активность.
- F16. Физическая безопасность и защищенность.
- F17. Окружающая среда дома.
- F18. Финансовые ресурсы.
- F19. Медицинская и социальная помощь (доступность и качество).
- F20. Возможности для приобретения новой информации и навыков.
- F21. Возможности для отдыха и развлечений и их использование.
- F22. Окружающая среда вокруг.
- F23. Транспорт.
- F24. Духовность / религия / личные убеждения.

В исследовании приняли участие учителя школ городов Республики Татарстан в количестве 51 человек в возрасте от 22 до 70 лет, из них 44 женщины и 7 мужчин. Данная выборка принимается нами как репрезентативная, поскольку в научных исследованиях указано, что связи прокрастинации с такими социальными факторами, как уровень образования и гендерные особенности, выявлено не было [16, 17].

Процедура исследования включала тестирование; для обработки использовалась программа статистической обработки данных IBM SPSS Statistics, версия 22.

Результаты и их обсуждение

Анализ средних баллов крупных сфер качества жизни показал, что всем им соответствует интерпретационный интервал «хорошее качество жизни», однако обращает на себя внимание тот факт, что самый низкий балл по данным шкалам был получен за критерий «Окружающая среда» (13,9), самый высокий соответствует сфере «Уровень независимости» (15,7).

Средние показатели по изучаемым субсферам находятся также в пределах «хорошее качество жизни» за исключением субсфер «Финансовые ресурсы» и «Медицинская и социальная помощь», которые имеют значение «среднее качество жизни».

Следующим этапом нашего исследования был анализ взаимосвязи прокрастинации с 6 крупными сферами и 24 субсферами из опросника ВОЗ КЖ-100. Показатель «Прокрастинация» имеет отрицательные взаимосвязи со сферой «Уровень независимости» ($r = -0,347$ при $p \leq 0,05$), субсферами «Познавательные функции» ($r = -0,304$ при $p \leq 0,05$), «Возможности для приобретения новой информации и навыков» ($r = -0,281$ при $p \leq 0,05$), т.е. теми сферами качества жизни, которые обеспечивают профессиональную деятельность (рис. 1).

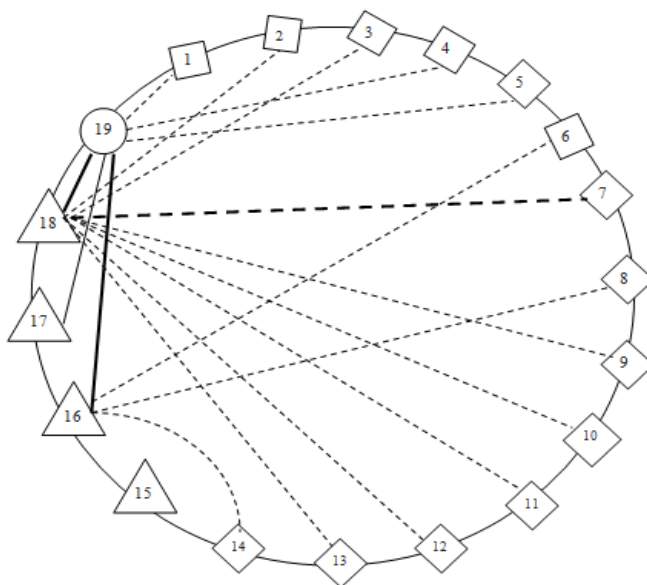


Рис. 1. Корреляционные взаимосвязи в исследуемой группе учителей.

Толстые прямые и пунктирные (обратные) линии указывают взаимосвязи на уровне значимости при $p \leq 0,01$; тонкие прямые и пунктирные (обратные) линии – на уровне значимости при $p \leq 0,05$. Геометрические фигуры соответствуют диагностическим методикам: *квадрат* – ВОЗ КЖ-100, *треугольник* – МОПР, *круг* – Шкала общей прокрастинации. Порядковые номера на рисунке соответствуют следующим показателям:

- | | |
|--|---------------------------------------|
| 1 – Уровень независимости; | 10 – Окружающая среда вокруг; |
| 2 – Окружающая среда; | 11 – Финансовые ресурсы; |
| 3 – Психологическая сфера; | 12 – Подвижность; |
| 4 – Познавательные функции; | 13 – Работоспособность; |
| 5 – Возможности для приобретения новой информации и навыков; | 14 – Медицинская и социальная помощь; |
| 6 – Положительные эмоции; | 15 – Бдительность; |
| 7 – Отрицательные эмоции; | 16 – Избегание; |
| 8 – Самооценка; | 17 – Прокрастинация (копинг); |
| 9 – Окружающая среда дома; | 18 – Сверхбдительность; |
| | 19 – Прокрастинация |

Таким образом, можно утверждать, что с увеличением показателя «прокрастинация» уменьшаются такие характеристики качества жизни, как возможность вести независимое существование и обеспечивать себя самостоятельно, а также уменьшится способность к концентрации внимания, усвоению нового (обучению), самостоятельному принятию решений.

Следующим этапом нашего исследования был анализ средних значений показателей МОПР, демонстрирующих типы регуляции принятия решений в условиях неопределенности. Ситуация, когда показатель «бдительность» характеризуется более высокими значениями шкалы (15,09) при менее выраженных показателях шкал «прокрастинация» (8,86), «сверхбдительность» (9,2), «избегание» (11,09), интерпретируется как позитивная.

Уровень показателя «бдительность» интерпретируется как высокий и указывает на потребность в познании, стремление снять напряжение в неопределенной ситуации, направленность на рассмотрение различных вариантов решений. Однако значение показателя «избегание» также является высоким, что интерпретируется авторами опросника как избегание самостоятельного принятия решения, выраженная тенденция оставлять принятие решений другим людям. Полагаем, учителя перекладывают ответственность за принятие решений в том случае, когда не могут воздействовать на ситуацию. Чтобы подтвердить данный тезис, мы проанализировали корреляционные взаимосвязи между шкалой «прокрастинация» и шкалами МОПР (см. рис. 1). Анализ показал, что шкала «прокрастинация» прямо связана со шкалами «избегание» ($r = 0,404$ при $p \leq 0,01$), «прокрастинация» (копинг) ($r = 0,293$ при $p \leq 0,05$), «сверхбдительность» ($r = 0,405$ при $p \leq 0,01$). Полученные нами данные частично подтверждают описанные ранее результаты в исследовании Т.В. Крюковой [19], которая указывает, что у взрослых в целом прокрастинация связана с копингом избегания. Таким образом, хотя тип регуляции при принятии решений имеет позитивную окраску, у учителей сформирован паттерн поведения, проявляющийся в откладывании принятия самостоятельного решения. Тесные взаимосвязи описываемых показателей позволяют говорить о взаимодействии феномена прокрастинации с непродуктивными стратегиями, которые выбираются учителями в качестве опоры в ситуации неопределенности.

Шкалы МОПР также имеют корреляционные взаимосвязи со сферами опросника ВОЗ КЖ-100 (см. рис 1). Показатель «избегание» имеет отрицательные связи с субсферами «Положительные эмоции» ($r = -0,344$ при $p \leq 0,05$), «Самооценка» ($r = -0,288$ при $p \leq 0,05$), «Окружающая среда дома» ($r = -0,303$ при $p \leq 0,05$), «Медицинская и социальная помощь» ($r = -0,278$ при $p \leq 0,05$).

Тенденция к перекладыванию ответственности за итоговый результат и избегание принятия самостоятельного решения сопровождаются у учителей понижением самооценки, снижением интенсивности проживания позитивных чувств, удовлетворенностью собой и своей способностью к самоконтролю, влияет на ощущение безопасности окружающего пространства.

Показатель «сверхбдительность» образует 9 взаимосвязей с показателями качества жизни учителя. Связи зафиксированы с тремя из шести главных сфер опросника ВОЗ КЖ-100 и шестью субсферами:

- сферами «Уровень независимости» ($r = -0,376$ при $p \leq 0,01$), «Психологическая сфера» ($r = -0,321$ при $p \leq 0,05$), «Окружающая среда» ($r = -0,290$ при $p \leq 0,05$);

- субсферами «Отрицательные эмоции» ($r = -0,382$ при $p \leq 0,01$), «Финансовые ресурсы» ($r = -0,369$ при $p \leq 0,01$), «Подвижность» ($r = -0,350$ при $p \leq 0,05$), «Работоспособность» ($r = -0,293$ при $p \leq 0,05$), «Окружающая среда дома» ($r = -0,302$ при $p \leq 0,05$), «Окружающая среда вокруг» ($r = -0,310$ при $p \leq 0,05$).

Таким образом, импульсивные решения, обещающие избавление от ситуации, и решения, принятые в ситуации дефицита времени, сопровождаются недостатком положительных или избытком отрицательных эмоций, усиливают влияние отрицательных переживаний на повседневную жизнедеятельность педагога, уменьшают ощущение физической безопасности, фокусируют внимание учителя на финансовых ресурсах и степени их соответствия его потребностям.

В целом анализ корреляционных взаимосвязей демонстрирует, что сферы «Уровень независимости», «Психическая сфера», «Окружающая среда» отражают качество жизни человека в ситуации профессиональной деятельности. Зафиксированные отрицательные взаимосвязи сфер опросника качество жизни с непродуктивными копинг-стратегиями «избегание» и «сверхбдительность» показывают, что профессиональное функционирование учителя возможно при условии удовлетворения его потребности в психологической безопасности (ощущение защищенности, финансовая стабильность, способность сохранять устойчивость в среде, удовлетворение потребности в здоровой и комфортной жизни).

Выводы

Полученные результаты позволили описать специфические особенности качества жизни учителей во взаимосвязи с феноменом прокрастинации. Учителя указывают на хорошее качество своей жизни, в целом обладают невысокой прокрастинацией и демонстрируют позитивный тип регуляции при принятии решений. Но в случае невозможности повлиять на ситуацию избегают самостоятельности в данном вопросе и не берут ответственности за его результат. В итоге сформирован паттерн поведения, проявляющийся в систематическом откладывании действия или принятия решения. Соответственно, уменьшается возможность вести независимую и самостоятельную жизнедеятельность, понижается потребность в усвоении нового. Дальнейшее избегание в принятии самостоятельного решения сопровождается снижением самооценки, удовлетворенности собой, что влияет на ощущение безопасности социальной среды. Другая крайность – принятие необдуманных и импульсивных решений, что влечет за собой отрицательные переживания, фокусирует внимание на финансовых затруднениях, действует на работоспособность и также уменьшает ощущение физической безопасности и защищенности.

Таким образом, проведенное исследование позволило установить, что феномен прокрастинации прямо взаимосвязан с непродуктивными копинг-стратегиями и обратно взаимосвязан с теми сферами жизни учителя, которые обеспечивают профессиональную деятельность. Показатели «прокрастинация», «избегание» и «сверхбдительность» влияют на психологический и профессиональный аспекты качества жизни педагогов.

Системообразующими показателями, определяющими паттерн поведения в ситуации принятия решений, стали «избегание» и «сверхбдительность».

Оценка уровня качества жизни должна носить многоуровневый характер и включать анализ как профессиональных особенностей учителя, так и организационных компонентов его профессиональной среды. В перспективе в исследовании данного вопроса планируется изучение феномена прокрастинации у педагогов во взаимосвязи с педагогическим стажем, образовательным рейтингом школы и профилем преподаваемого предмета.

Литература

1. Pychyl T.A., Flett G.L. Procrastination and self-regulatory failure: an introduction to the special issue // *Journal of Rational-Emotive and Cognitive Behavior Therapy*. 2012. Vol. 30 (4). P. 203–212. DOI: 10.1007/s10942-012-0149-5.
2. Rebetz M.M.L., Rochat L., Van der Linden M. Cognitive, emotional, and motivational factors related to procrastination: A cluster analytic approach // *Personality and Individual Differences*. 2005. Vol. 76. P. 1–6. DOI: 10.1016/j.paid.2014.11.044.
3. Stead R., Shanahan M.J., Neufeld R.W.J. “I’ll go to therapy, eventually”: Procrastination, stress and mental health // *Personality and Individual Differences*. 2010. Vol. 49. P. 175–180. DOI: 10.1016/j.paid.2010.03.028.
4. Van Eerde W. A meta-analytically derived nomological network of procrastination // *Personality and Individual Differences*. 2003. Vol. 35 P. 1401–1418. DOI: 10.1016/S0191-8869(02)00358-6.
5. Abbasi I.S., Alghamdi Nawal G. The Prevalence, Predictors, Causes, Treatments, and Implications of Procrastination Behaviors in General, Academic, and Work Setting // *International Journal of Psychological Studies*. 2015. Vol. 7, № 1. P. 59–66. DOI: 10.5539/ijps.v7n1p59. URL: <http://dx.doi.org/10.5539/ijps.v7n1p59>.
6. Баранова Р.А., Карловская Н.Н. Взаимосвязь прокрастинации и параметров ответственности у студентов с разной академической успеваемостью // *Активность и ответственность личности в контексте жизнедеятельности : материалы Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием (9–10 окт. 2008 г., Омск)*. Омск : Изд-во Омск. гос. ун-та, 2008. С. 17–21.
7. Gupta R., Hershey D., Gaur J. Time perspective and procrastination in the workplace: an empirical investigation // *Current Psychology*. 2012. Vol. 31, № 2. P. 195–211. DOI: 10.1007/s12144-012-9136-3.
8. Барабанщикова В.В., Каминская Е.О. Феномен прокрастинации в деятельности членов виртуальных проектных групп // *Национальный психологический журнал*. 2013. № 2 (10). С. 43–51. DOI: 10.11621/npj.2013.0207.
9. Parsons C.A., Soucie D. Perceptions of the causes of procrastination by sports administrators // *Journal of Sport Management*. 1988. Vol. 2, № 2. P. 129–139.
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. DOI: 10.11621/npj.2015.0310.
11. Барабанщикова В.В., Иванова С.А. Влияние организационно-личностных факторов на уровень выраженности прокрастинации у сотрудников современной организации // *Экспериментальная психология*. 2016. Т. 9. № 1. С. 95–111. DOI: 10.17759/exprpsy.2016090108.
12. Allen D. Ready for Anything: 52 Productivity Principles for Work and Life. New York : Viking Books, 2003. 165 p.

13. Verešová M. Procrastination, Stress and Coping among Primary School Teachers // *Procedia – Social and Behavioral Sciences*. 2013. Vol. 106. P. 2131–2138. DOI: 10.1016/j.sbspro.2013.12.243.
14. Mohsin F.Z., Ayub N. The relationship between procrastination, delay of gratification, and job satisfaction among high school teachers // *Japanese Psychological Research*. 2014. Vol. 56 (3). P. 224–234. DOI: 10.1111/jpr.12046.
15. Ugurlu C.T. Effects of Decision-Making Styles of School Administrators on General Procrastination Behaviors // *Eurasian Journal of Educational Research*. 2013. Vol. 51. P. 253–272.
16. Карловская Н.Н., Шистакова И.Л. Взаимосвязь прокрастинации и перфекционизма у учителей / *Личность в трудных жизненных ситуациях как актуальное научное направление копинг исследования в России : материалы Всерос. науч. практ. конф. (Омск, 12–13 нояб. 2009 г.)*. Омск : Изд-во Омск. гос. ун-та, 2009. С. 127–130.
17. Karataş H., Bademcioglu M. The Explanation of the Academic Procrastination Behaviour of Pre-Service Teachers With Five Factor Personality Traits // *The International Journal of Research in Teacher Education*. 2015. Vol. 6. (2). P. 11–25.
18. Корнилова Т.В. Мельбурнский опросник принятия решений: русскоязычная адаптация // *Психологические исследования*. 2013. Т. 6. № 31. С. 4. URL: <http://www.psystudy.ru/index.php/num/2013v6n31/883-kornilova31.htm> 1 (дата обращения: 21.11.2016).
19. Крюкова Т.Л. Стили совладания с жизненными трудностями // *Актуальные проблемы психологии личности. Личность как субъект совладающего поведения*. 2012. Ч. 1. URL: http://psihologia.biz/psihologiya-psihologiya-obschaya_693/kryukova-stili-sovladaniya-jiznennymi-36371.html (дата обращения: 10.02.2017).

Поступила в редакцию 19.05.2017 г.; повторно 11.12.2017 г.; принята 06.05.2018 г.

ХУСАИНОВА Резеда Мунировна, кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогической психологии Института психологии и образования Казанского (Приволжского) федерального университета (Казань, Россия). E-mail: rezedakhusainova@mail.ru

MANIFESTATION OF TEACHERS' PROCRASTINATION PHENOMENON DEPENDING ON THE LIFE QUALITY

Siberian journal of psychology, 2018, 68, 162–173. DOI: 10.17223/17267080/68/10

Khusainova Rezeda M., Kazan (Volga region) Federal University (Kazan, Russian Federation). E-mail: rezedakhusainova@mail.ru

Keywords: procrastination; decision-making strategies; behavior pattern; the quality of life; pedagogical activity.

Procrastination, described in a scientific discourse as a problem of the individual, increasingly comes to the fore and becomes a problem of society. The urgency of the problem under investigation is conditioned by the need to develop aspects of the procrastination phenomenon manifestation in the professional activity. The analysis of publications regarding the manifestation of this phenomenon in pedagogical activity allows us stating that in foreign researches this issue is described more diversely than in Russian ones. The purpose of the article is to study the peculiarities of manifestation of teachers' procrastination in relation to their assessment of their life quality. The basic method of studying this question is the ascertaining experiment. As methods of research were selected the following: B. Tukman's Methodology "Scale of general procrastination"; The Melbourne Decision Making Questionnaire; The Questionnaire "WHOQOL-100". The study involved schoolteachers in the number of 51 people aged from 22 to 70 years. During the study of the phenomenon of procrastination in the activity of a teacher we have found that procrastination as a way of postponing the work is manifested among teachers in connection with unproductive coping strategies: procrastination is directly connected with the "Avoidance" scales, "Procrastination" (coping), "Hypervigilance". Close

interrelations of the described indicators allow us speaking about the interaction of the procrastination phenomenon and some unproductive strategy, as a choice as a support. The indicator "Procrastination" has 3 negative relationships with the scales of the questionnaire "WHOQOL-100": with the sphere "Independence level", and the subspheres F5 Cognitive functions, F20 Opportunities for acquiring new information and skills. Accordingly, an increase in the value of procrastination can significantly reduce the teacher's ability to lead an autonomous existence, to provide and maintain oneself independently; will change the teacher's opinion about his/her own thinking, ability to learn, ability to concentrate and to make decisions. It will be much more difficult to fulfill their professional duties in terms of desires, opportunities and ability to cope with their daily affairs and work without depending on anyone. Negative relationships between the spheres and sub-spheres of the WHOQOL-100 questionnaire and unproductive coping strategies "Avoidance and Supervision" were recorded. The revealed interrelations show that the professional functioning of the teacher is possible only if the need for psychological security is satisfied (sense of security, ability to maintain stability in the environment, satisfaction of the need for a healthy and comfortable life, a sense of personal freedom, high self-esteem, and independence in decision-making).

References

1. Pychyl, T.A. & Flett, G.L. (2012) Procrastination and self-regulatory failure: an introduction to the special issue. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive Behavior Therapy*. 30(4). pp. 203–212. DOI: 10.1007/s10942-012-0149-5
2. Rebetz, M.M.L., Rochat, L. & Van der Linden, M. (2005) Cognitive, emotional, and motivational factors related to procrastination: A cluster analytic approach. *Personality and Individual Differences*. 76. pp. 1–6. DOI: 10.1016/j.paid.2014.11.044
3. Stead, R., Shanahan, M.J. & Neufeld, R.W.J. (2010) "I'll go to therapy, eventually": Procrastination, stress and mental health. *Personality and Individual Differences*. 49. pp. 175–180. DOI: 10.1016/j.paid.2010.03.028
4. Van Eerde, W. (2003) A meta-analytically derived nomological network of procrastination. *Personality and Individual Differences*. 35 pp. 1401–1418. DOI: 10.1016/S0191-8869(02)00358-6
5. Abbasi, I.S. & Alghamdi Nawal, G. (2015) The Prevalence, Predictors, Causes, Treatments, and Implications of Procrastination Behaviors in General, Academic, and Work Setting. *International Journal of Psychological Studies*. 7(1). pp. 59–66. DOI: 10.5539/ijps.v7n1p59
6. Baranova, R.A. & Karlovskaya, N.N. (2008) [Interrelation of procrastination and the parameters of responsibility for students with different academic performance]. *Aktivnost' i ot-vetstvennost' lichnosti v kontekste zhiznedeyatel'nosti* [Active and Responsible Person in the Context of Life]. Proc. of the Conference. Omsk. October 9 – 10, 2008. Omsk. pp. 17–21. (In Russian).
7. Gupta, R., Hershey, D. & Gaur, J. (2012) Time perspective and procrastination in the workplace: an empirical investigation. *Current Psychology*. 31(2). pp. 195–211. DOI: 10.1007/s12144-012-9136-3
8. Barabanshchikova, V.V. & Kaminskaya, E.O. (2013) Procrastination phenomenon in virtual project team members. *Natsional'nyy psikhologicheskii zhurnal – National Psychological Journal*. 2(10). pp. 43–51. (In Russian). DOI: 10.11621/npj.2013.0207
9. Parsons, C.A., & Soucie, D. (1988) Perceptions of the causes of procrastination by sports administrators. *Journal of Sport Management*. 2(2). pp. 129–139. DOI: 10.1123/jsm.2.2.129
10. Barabanshchikova, V.V., Ostanina, M.V. & Klimova, O.A. (2015) Procrastination phenomenon in individual and team sports athletes' activity. *Natsional'nyy psikhologicheskii zhurnal – National Psychological Journal*. 3(19). pp. 91–104. (In Russian). DOI: 10.11621/npj.2015.0310

11. Barabanshchikova, V.V. & Ivanova, S.A. (2016) Impact of organizational and personal factors on level of procrastination in employees of modern organization. *Ekspierimental'naya psikhologiya – Experimental Psychology*. 9(1). pp. 95–111. (In Russian). DOI: 10.17759/exppsy.2016090108
12. Allen, D. (2003) *Ready for Anything: 52 Productivity Principles for Work and Life*. New York: Viking Books.
13. Verešová, M. (2013) Procrastination, Stress and Coping among Primary School Teachers. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*. 106. pp. 2131–2138. DOI: 10.1016/j.sbspro.2013.12.243.
14. Mohsin, F.Z. & Ayub, N. (2014) The relationship between procrastination, delay of gratification, and job satisfaction among high school teachers. *Japanese Psychological Research*. 56(3). pp. 224–234. DOI: 10.1111/jpr.12046.
15. Ugurlu, C.T. (2013) Effects of Decision-Making Styles of School Administrators on General Procrastination Behaviors. *Eurasian Journal of Educational Research*. 51. pp. 253–272.
16. Karlovskaya, N.N. & Shistakova, I.L. (2009) [Interrelation of procrastination and perfectionism in teachers]. *Lichnost' v trudnykh zhiznennykh situatsiyakh kak aktual'noye nauchnoye napravleniye koping issledovaniya v Rossii* [Personality in difficult life situations as an actual scientific direction for copying research in Russia]. Proc. of the Conference. Omsk. November 12–13, 2009. Omsk. pp. 127–130. (In Russian).
17. Karataş, H. & Bademcioglu, M. (2015) The Explanation of the Academic Procrastination Behaviour of Pre-Service Teachers With Five Factor Personality Traits. *The International Journal of Research in Teacher Education*. 6(2). pp. 11–25.
18. Kornilova, T.V. (2013) Mel'burnskiy oprosnik prinyatiya resheniy: russkoyazychnaya adaptatsiya [Melbourne decision-making questionnaire: Russian-language adaptation]. *Psikhologicheskiye issledovaniya*. 6(31). pp. 4. [Online] Available from: <http://www.psystudy.ru/index.php/num/2013v6n31/883-kornilova31.htm> l. (Accessed: 21st November 2016).
19. Kryukova, T.L. (2012) *Stili sovladaniya s zhiznennymi trudnostyami* [Styles of coping with life's difficulties]. [Online] Available from: http://psihologia.biz/psihologiya-psihologiya-obshchaya_693/kryukova-stili-sovladaniya-jiznennyimi-36371.html. (Accessed: 10th February 2017).

Received 19.05.2017;

Revised 11.12.2017;

Accepted 06.05.2018