

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н. Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра социальной психологии образования и развития

**ИССЛЕДОВАНИЕ САМООТНОШЕНИЯ У СТУДЕНТОВ, СКЛОННЫХ  
К ПРОКРАСТИНАЦИИ**

АВТОРЕФЕРАТ  
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ  
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

Студента 4 курса 441 группы  
Направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
профиля «Психология образования»  
факультета психолого-педагогического и специального образования

ХАЛТУРИНА СТАНИСЛАВА АНДРЕЕВИЧА

Научный руководитель  
канд. психол. наук, ассистент \_\_\_\_\_ Н.М. Голубева

Зав. кафедрой  
доктор психол.наук, профессор \_\_\_\_\_ Р.М. Шамионов

Саратов  
2019

## **Введение**

**Актуальность темы исследования.** На данный момент роль самоотношения у студентов, склонных к прокрастинации является не достаточно изученной. Актуальность темы дипломного исследования детерминирована теоретической неразработанностью, а также практической значимостью изучаемой проблемы.

**Степень научной разработанности.** Теоретические основы понимания самоотношения были заложены И.И. Чесноковой. В научный обиход И.И. Чесноковой было введено такое понятие, как «эмоционально-ценностное самоотношение». Она считала, что эмоционально-ценностное самоотношение – это специфический вид эмоционального переживания, в котором отражается собственное отношение личности к тому, что она узнает, понимает и «открывает» относительно самой себя. В психологии к проблемам самоотношения обращались такие психологи, как: Пантелеев С.Р., Столин В.В., Сарджвеладзе Н.И., Бернс Р., Рубинштейн С.Л. Термин «прокрастинация» в научный оборот ввел П. Рингенбах в 1977 году в книге «Прокрастинация в жизни человека». Тогда же была издана книга А. Эллиса и В. Кнауза «Преодоление прокрастинации», в основу которой легли клинические наблюдения. Следом вышла научно-популярная книга Дж. Бурка и Л. Юэн «Прокрастинация: что это такое и как с ней бороться». Опять-таки в фундамент данной книги легла огромная консультативная практика ее авторов. В конце концов, примерно в середине 1980-х годов стал реализовываться научно-академический разбор и анализ феномена прокрастинации. Были разработаны опросники для изучения прокрастинации. В конце XX - начале XXI века эта проблема привлекла внимание и российских психологов таких, как: Шухова Н., Михайлова Е.Л., Варваричева Я.И.

**Целью** данной выпускной квалификационной работы является выявление особенностей самоотношения у студентов, склонных к прокрастинации.

**Объектом исследования** является самоотношение личности студента.

**Предмет исследования** – самоотношение у студентов, склонных к прокрастинации.

**Гипотеза исследования:** Степень выраженности прокрастинации у студентов неодинакова и избирательно связана с такими личностными характеристиками как перфекционизм и самоотношение.

**Для достижения указанной цели поставлены и решены следующие задачи:**

1. Провести анализ научных источников по исследованиям самоотношения у студентов склонных к прокрастинации;
2. В процессе эмпирического исследования выявить особенности самоотношения у студентов склонных к прокрастинации;
3. Сформулировать рекомендации

Для достижения поставленной цели и решения выдвинутых задач мы использовали следующие **методы:**

1. Теоретический анализ психологической литературы по теме исследования;
2. Эмпирические методы исследования: «Степень выраженности прокрастинации» (М.А. Киселева), «Опросник академической прокрастинации» (К. Лэй), «Многомерная шкала перфекционизма» (П.Л. Хьюитт, Г.Л. Флетт), «Методика исследования самоотношения» (С.Р. Пантелеев);
3. Методы первичной и вторичной математической обработки данных (корреляционный анализ Пирсона) а также критерии сравнения;
4. Качественный анализ и содержательная интерпретация результатов.

**Практическая значимость исследования.** Материалы исследования могут быть использованы для создания новых методик психологической диагностики самоотношения у студентов склонных к прокрастинации.

**Эмпирическая база исследования.** Исследование проходило на базе Саратовского национального исследовательского государственного университета им. Н.Г. Чернышевского. Выборку исследования составили

студенты дневной формы обучения факультета психолого-педагогического и специального образования. Общее количество принявших участие студентов в исследовании – 107 человек.

Бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, включающих 8 параграфов, заключения и списка использованной литературы. В тексте работы встречается 1 таблица. Общий объем работы 48 страниц.

**Диагностический инструментарий:** «Степени выраженности прокрастинации» (М.А.Киселева), «Опросник академической прокрастинации»(К. Лэй),«Многомерная шкала перфекционизма» (П.Л. Хьюитт, Г.Л. Флетт), «Методика исследования самоотношения» (С.Р. Пантелеев).

Задачи:

1. провести анализ научных источников по исследованиям самоотношения у студентов склонных к прокрастинации;
2. в процессе эмпирического исследования выявить особенности самоотношения у студентов склонных к прокрастинации;
3. сформулировать рекомендации.
4. Качественный анализ и содержательная интерпретация результатов.
5. Мы проанализировали полученные численные данные по выборке при помощи множественной корреляции в программе Excel и обнаружили некоторые взаимосвязи, интересные для нашего исследования.
6. Выявленные значимые корреляционные связи — выше критического значения коэффициента Пирсона (при  $r > 0,2$  и более значимые  $r > 0,25$ ).
7. В ходе анализа нами обнаружено очень большое количество взаимосвязей, поэтому в данной работе было принято решение подвергать интерпретации показатели с самым высоким уровнем значимости.

Взаимосвязь коэффициентов:

Общая прокрастинация коррелирует с перфекционизмом (0,23), с тревожностью (0,21), с перфекционизмом ориентированным на себя (0,24), с закрытостью (0,3), с саморуководством (0,33), с отраженным самоотношением (0,26), с самопринятием (0,28), с внутренней конфликтностью (0,22).

Исходя из этого, мы можем предполагать, что если существует прямая взаимосвязь общей прокрастинации и перфекционизма, то это может говорить о том, что человек ставит перед собой нереальные цели, у него проявляется максимализм и недовольство собой вследствие нездоровой самокритики, что приводит к промедлению. Взаимосвязь общей прокрастинации и закрытости говорит о том, что, если студент откладывает все на потом, то ему свойственна склонность избегать открытые отношения с самим собой, причиной может быть или недостаточность навыков рефлексии, поверхностное видение себя или осознанное нежелание раскрывать себя, признавать существование личных проблем.

Корреляция с саморуководством говорит о том, что студенты-прокрастинаторы раскрывают особенности отношения к своему «Я» в зависимости от степени адаптированности в ситуации. В привычных для себя условиях существования, в которых все возможные изменения знакомы и хорошо прогнозируемы, человек может проявлять выраженную способность к личному контролю. В новых для себя ситуациях регуляционные возможности «Я» ослабевают, усиливается склонность к подчинению средовым воздействиям.

Общая прокрастинация также коррелирует и со шкалой «Отраженное самоотношение», это говорит о том, что студенты, которые делают все в последний момент, считают, что неспособны вызывать уважение у окружающих, могут вызывать осуждение со стороны других людей.

Взаимосвязь со шкалой «Самопринятие» показывает нам следующие результаты. Студенты-прокрастинаторы избирательны по отношению к

самим себе. Они склонны принимать не все свои достоинства и критикуют не все свои недостатки.

Также общая прокрастинация коррелирует с внутренней конфликтностью. Эта шкала определяет наличие внутренних конфликтов, сомнений, несогласия с собой. В привычных для студентов условиях, наблюдается положительный фон отношения к себе, признания своих достоинств.

Мотивационная недостаточность коррелирует с тревожностью (0,25), с академической прокрастинацией (0,31), с закрытостью (0,26), с внутренней конфликтностью (0,21).

Мотивационная недостаточность коррелирует с закрытостью и внутренней конфликтностью. Это может говорить о том, что если студентам не хватает мотивации (особенно в учебной деятельности), то они склонны избегать открытых отношений с самим собой, склонны быть закрыты перед окружающими людьми. У таких студентов может прослеживаться негативный фон отношения к себе. Они могут пребывать в состоянии непрерывного контроля над собственным «Я» и стараться глубоко оценивать то, что происходит в их внутреннем мире.

Перфекционизм коррелирует с перфекционизмом ориентированным на других (0,23), с самоуверенностью (0,24), с саморуководством (0,26), с самооценностью (0,29).

Перфекционизм коррелирует с такими шкалами, как: «Перфекционизм ориентированный на других», «Самоуверенность», «Саморуководство» и «Самоценность». Студенты, которые не откладывают все дела на потом, у которых высокий уровень перфекционизма свойственны следующие характеристики. У таких студентов доминирует мотив успеха, студент уважает себя, доволен собой, своими начинаниями и достижениями, ощущает свою компетентность и способность решать многие жизненные вопросы. Источником развития своей личности, регулятором достижений и успехов считают себя. Такие студенты высоко оценивают свой духовный

потенциал, богатство своего внутреннего мира, склонны воспринимать себя как индивидуальность и высоко ценить собственную неповторимость. Чаще всего такие студенты демонстративно проявляют свою успешность.

Тревожность коррелирует с перфекционизмом ориентированным на себя (0,21), с закрытостью (0,27), с внутренней конфликтностью (0,27), с самообвинением (0,36).

Тревожность взаимосвязана с перфекционизмом ориентированным на себя. Их корреляционная связь может свидетельствовать о том, что студентов-перфекционистов часто посещают тревожные, навязчивые мысли, чтобы все было идеально. Например, заикленность на чистоте.

Также тревожность коррелирует с закрытостью, внутренней конфликтностью и самообвинением. Такие студенты испытывают тревожность в ситуациях, когда они защищены, закрыты не только от других людей, но и от самих себя, когда негативно относятся к самим себе, когда они самокритичны. Такие студенты испытывают чувство тревожности потому что видят в себе только недостатки, испытывают внутреннее напряжение и ощущение невозможности удовлетворить свои собственные потребности.

Академическая успеваемость коррелирует с перфекционизмом ориентированным на себя (0,33), с самоуверенностью (0,24), с самооценностью (0,2), с внутренней конфликтностью (0,25).

Академическая успеваемость коррелирует с такими шкалами, как: «Перфекционизм ориентированный на себя», «Самоуверенность», «Самоценность» и «Внутренняя конфликтность». Получение положительных оценок связано с установкой студентов, что цель может и должна быть достигнута. Студенты успевают в учебной деятельности, прежде всего, если у них есть ощущение силы собственного «Я», они смелые и свободны в общении, высоко оценивают свой духовный потенциал, воспринимают себя как индивидуальную и неповторимую личность. Такие студенты имеют

положительное отношение к себе, ощущают баланс между собственными возможностями и требованиями окружающей реальности.

Перфекционизм ориентированный на себя коррелирует с закрытостью (-0,32), с самопринятием (-0,2).

Перфекционизм ориентированный на других коррелирует с интегральной шкалой (-0,22), с самопривязанностью (-0,27).

Социально-предписанный перфекционизм коррелирует с саморуководством (0,22), с самопринятием (0,28).

Интегральная шкала коррелирует с закрытостью (0,26), с самопривязанностью (-0,29).

Закрытость коррелирует с внутренней конфликтностью (-0,25).

Самоуверенность коррелирует с саморуководством (-0,32), с самопривязанностью (0,23).

Саморуководство коррелирует с отраженным самоотношением (0,24).

Отраженное самоотношение коррелирует с самопринятием (0,2).

Самопринятие коррелирует с самопривязанностью (-0,27).

Самопривязанность коррелирует с самообвинением (-0,23).

Для наглядности представлены таблицы значимых корреляций:

*Таблица – 1*

	Общая прокр.	Мотивац. Недост.	Перфекционизм	Тревожность	Академич. Успев.
Перф. ориент. на себя	0,24**			0,21**	0,33***
Перф. ориент. на других			0,23**		
Закрытость	0,3***	0,26***		0,27***	
Самоуверенность			0,24**		0,24**
Саморуководство	0,33***		0,26***		
Отр. самоотн.	0,26***				



Самоценность			0,29***		0,2**
Самопринятие	0,28***				
Внутр. конфликтность	0,22**	0,21**		0,27***	0,25***
Самообвинение				0,36***	

*\*\* - менее значимые значения, \*\*\* - более значимые значения*

### **Заключение**

В данной выпускной квалификационной работе мы изучили самоотношение у студентов склонных к прокрастинации. В процессе исследования мы изучили особенности самоотношения и склонность к прокрастинации студентов высшего учебного заведения. В ходе данного этапа нам удалось выявить представления студентов о себе, о склонности к постоянному откладыванию важных и срочных дел, приводящая к жизненным проблемам и болезненным психологическим эффектам.

В конечном итоге с помощью корреляционного анализа нам удалось определить существенные корреляционные взаимосвязи самоотношения и склонности к прокрастинации у студентов.

Для достижения поставленных целей и решения выдвинутых задач мы использовали методы тестирования и методы математической обработки данных.

Мы проанализировали полученные численные данные по выборке при помощи множественной корреляции в программе Excel и обнаружили некоторые взаимосвязи, интересные для нашего исследования.

В ходе анализа нами обнаружено очень большое количество взаимосвязей, поэтому в данной работе было принято решение подвергать интерпретации показатели с самым высоким уровнем значимости.

Проанализировав данные, мы смогли сделать вывод о том, что степень выраженности прокрастинации у студентов неодинакова и избирател

ьно связана с такими личностными чертами как перфекционизм и самоотношение.

В качестве дальнейших научных изысканий видим перспективным направлением разработку исследования самоотношения у студентов склонных к прокрастинации.