

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2024, Том 12, № 1 / 2024, Vol. 12, Iss. 1 <https://mir-nauki.com/issue-1-2024.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/51PSMN124.pdf>

5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии (психологические науки)

Ссылка для цитирования этой статьи:

Жаркова, С. В. «Протективные» личностные характеристики и личностные предикторы прокрастинации как устойчивой личностной диспозиции у субъектов профессиональной деятельности / С. В. Жаркова, Д. Н. Погорелов // Мир науки. Педагогика и психология. — 2024. — Т. 12. — № 1. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/51PSMN124.pdf>

For citation:

Zharkova S.V., Pogorelov D.N. «Protective» personal characteristics and personal predictors of procrastination as a stable personal disposition in subjects of professional activity. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2024; 12(1): 51PSMN124. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/51PSMN124.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.)

УДК 159.9.07

Жаркова Светлана Валерьевна

ГБУ ДПО «Челябинский институт развития образования», Челябинск, Россия
Старший научный сотрудник, доцент кафедры
Кандидат психологических наук
E-mail: zharkova_sv@ipk74.ru

Погорелов Дмитрий Николаевич

ГБУ ДПО «Челябинский институт развития образования», Челябинск, Россия
Доцент кафедры
Кандидат психологических наук
E-mail: pogorelovdn@mail.ru

«Протективные» личностные характеристики и личностные предикторы прокрастинации как устойчивой личностной диспозиции у субъектов профессиональной деятельности

Аннотация. В представленной статье рассматривается психологический феномен прокрастинации — осознанного откладывающего поведения у субъектов профессиональной деятельности. Представлены результаты современных отечественных и зарубежных исследований осознанного откладывающего поведения в профессиональной деятельности, подчеркивается дефицит исследований в данном направлении. Фокус исследования направлен на изучение уровня выраженности прокрастинации у субъектов профессиональной деятельности — специалистов инженерно-технических специальностей (дифференцированных на подгруппы по критерию оплаты труда) и специалистов административно-управленческого звена (разделенных на подгруппы по критерию стажа работы). Авторами изучена личностная мотивация субъектов профессиональной деятельности во взаимосвязи с прокрастинацией. Исследованы личностные характеристики входящие в модель личности по СРІ субъектов профессиональной деятельности, ряд которых являются личностными коррелятами прокрастинации в зависимости от вида деятельности. Выявлены личностные предикторы прокрастинации для каждого из изученных видов деятельности, также установлены «протективные» личностные характеристики, умеряющие выраженность прокрастинации. Диагностированные преддиктивные и «протективные» личностные характеристики прокрастинации дифференцированы на общие и вариативные. Построены регрессионные

модели для субъектов инженерно-технической и административно-управленческой деятельности. Полученные данные расширяют теоретические и практические знания в области исследования прокрастинации, проявляющейся в профессиональной деятельности. Анализ результатов исследования подчеркивает важность концентрации внимания не только на личностных и поведенческих характеристиках субъекта деятельности, но и на виде деятельности и форме ее организации.

Ключевые слова: прокрастинация; личностные предикторы прокрастинации; «протективные» личностные характеристики; профессиональная деятельность; субъекты профессиональной деятельности

Введение

Современные достижения науки, техники и медицины, а также открывающиеся возможности современного человека — активного субъекта деятельности, не исключают новых негативных явлений, неблагоприятно влияющих на его психическое и физическое здоровье. Особенно это касается сферы профессиональной деятельности.

К одному из таких явлений современные исследователи относят психологический феномен прокрастинации, сравнительно недавно попавший в фокус внимания, но при этом получивший широкое распространение в различных научных дисциплинах: психологии, педагогике, социологии, экономике, медицине и т. д. Таким образом, данный феномен прокрастинации за короткий период приобрел междисциплинарную популяризацию. Принимая во внимание фактор времени, являющийся в современном мире одним из дефицитных ресурсов, прокрастинация на рабочем месте, проявляющаяся в растрате времени в течение рабочего дня имеет серьезное влияние на личностную эффективность сотрудника и продуктивность организации в целом.

История исследования феномена прокрастинации в западной психологической науке берет свое начало в 70–80 гг. XX века. Тогда как в отечественной психологии теоретические и практические аспекты исследования осознанного откладывающего поведения имеют более позднюю историю — активный интерес исследователей к данному феномену возник в последние 15–20 лет.

В современной научной литературе присутствуют серьезные терминологические затруднения в определении прокрастинации. Единого концептуального понимания, а также психологических механизмов, лежащих в его основе, разделяемого большинством исследователей не выявлено. Существуют попытки исследователей достичь согласия в части описания основных характеристик прокрастинации: осознанность ее проявления, чувство психологического дискомфорта (сопровождающееся высоким уровнем тревожности), а также неудовлетворенность результатом деятельности.

Среди существующих классификаций прокрастинации одной из наиболее распространенных является классификация Н. Милграма и Р. Тене (N. Milgram, R. Tenne), включающая пять видов прокрастинации [1]:

- Бытовая прокрастинация — откладывание выполнения повседневных дел — осуществления покупок, наведения порядка в доме, приготовление еды и т. д.
- Прокрастинация в принятии решений, в том числе, не значительных.
- Невротическая прокрастинация — откладывание принятия глобальных жизненных решений, например, выбора будущей профессии, построение семьи, рождение ребенка и т. д.

- Компульсивная прокрастинация — хроническое проявление в поведении склонности к откладыванию дел в сочетании с тенденцией промедления в принятии решений.
- Академическая прокрастинация — откладывание выполнения заданий, связанных с учебной деятельностью.

Исследователи А.Х. Чу и Дж.Н. Чой (A.H. Chu, J.N. Choi) концептуально выделяют активную и пассивную прокрастинацию [2]. Причем «пассивная» прокрастинация рассматривается в традиционных ее проявлениях — это откладывание выполнения запланированных дел в связи с затруднением в принятии решения. Суть «активной» прокрастинации заключается в том, что субъект деятельности способен своевременно принять решение и приступить к деятельности, но намеренно осуществляет откладывающее поведение для получения сильных переживаний, связанных с нехваткой времени — дедлайном. При этом мобилизация ресурсов организма способствует более эффективной деятельности в условиях дефицита времени и успешному выполнению поставленного задания в условиях сжатых сроков. Это, по нашему мнению, ставит под сомнение наличие осознанного откладывающего поведения. С одной стороны преднамеренные откладывающие действия с одной стороны могут являться определенной стратегией поведения субъекта в достижении поставленной цели, с другой стороны наличие контроля над временем и понимание продолжительности выполнения задания не соответствуют стратегии прокрастинатора.

Прокрастинация в профессиональной деятельности проявляется как хроническая задержка в принятии решений и в дальнейшем как следствие приводит к промедлению в выполнении задания. В подавляющем числе случаев осознанное откладывающее поведение на рабочем месте приводит к серьезной потере контроля над собственным временем, а также жизнью в целом. Таким образом, прокрастинация в профессиональной деятельности рассматривается нами как систематическое откладывание выполнения должностных обязанностей, в частности принятие важных решений, исполнение срочных заданий, формирующее у людей работоспособного возраста комплекс негативных психоэмоциональных состояний [3; 4].

Большая часть типичных прокрастинаторов оценивает прокрастинацию как негативную характеристику, имеющую широкий спектр деструктивных последствий для личности прокрастинатора. В частности, прокрастинация создает неблагоприятные условия для психического и физического здоровья человека (повышение тревожности, формирование стресса и т. д.), а также отражается на его социальной активности, поскольку может повлиять на любой аспект повседневной жизни человека. Например, в профессиональной деятельности осознанное откладывающее поведение препятствует карьерному росту, снижает удовлетворенность трудом, способствует напряженным деловым отношениям (поскольку оказывает влияние на других сотрудников), приводит к снижению доходов (тем самым создавая неблагоприятные последствия в финансовой сфере и т. д.) [5].

Отечественными и зарубежными исследователями прокрастинация изучалась с нескольких различных теоретических позиций — с акцентом на широкий спектр личностных, когнитивных и эмоциональных характеристик, которые могут быть связаны с осознанным откладывающим поведением. Существует большое количество подходов к пониманию прокрастинации, например, как серьезной поведенческой проблемы. С другой стороны, прокрастинация тесно связана с некоторыми ситуационными детерминантами, (неприятность задач, их двусмысленность, оценка задания как слишком сложного или излишне простого и т. д.).

Ряд исследований направлены на изучение внешних (социальных) причин, являющихся ситуативными триггерами осознанного откладывающего поведения [6; 8]. В настоящее время продолжаются исследования в направлении изучения внутренних — индивидуально-психологических причин прокрастинации, являющихся ее психологическими предикторами. Исследователями выявлена взаимосвязь осознанного откладывающего поведения со следующими психологическими характеристиками: уровнем тревожности, направленностью мотивации (внутренняя и внешняя, мотивация достижения успеха и избегания неудачи), перфекционизмом, локусом контроля, готовностью к риску, уровнем стресса, механизмами саморегуляции и т. д. Интенсивно дискутируется вопрос о прокрастинации как об устойчивой личностной диспозиции, исследована взаимосвязь с факторами «Большой Пятерки» и со шкалами «Калифорнийского психологического опросника (CPI)»¹ [8].

Повышение роста социальной значимости изучения феномена прокрастинации подтверждается его распространением в сферу профессиональной деятельности, сферы здоровья, семейных и детско-родительских отношений и иных областях социальной активности человека (партнерские, дружеские отношения).

Еще одним направлением изучения феномена прокрастинации выступают исследования о взаимосвязи между досугом как сферой повседневной жизни человека и его склонностью к прокрастинации. Ряд ученых — Дж.В. Пестана, Н. Кодина и др. (J.V. Pestana, N. Codina) рассматривают прокрастинацию как проблему, связанную с неэффективным управлением временем, что негативно влияет на автономию человека. Около одной четверти взрослого населения подвержены негативному влиянию осознанного откладывающего поведения. Это серьезная проблема, обусловленная ошибками в процессе тайм-менеджмента. Исследователями была выявлена негативная сторона амбивалентности досуга. Перспективным в этом направлении видится изучение различных видов досуговой деятельности, которые наиболее подходят для преодоления прокрастинации, а также наоборот, поощряют, способствуют формированию откладывающего поведения [9].

Необходимо отметить, что преобладающая часть исследований прокрастинации происходит в академической сфере. Это обусловлено в первую очередь социальной значимостью существующих проблем в сфере образования. К одной из серьезных трудностей в этой области относится проблема учебной неуспешности, основной причиной которой может являться осознанное откладывающее поведение в учебной деятельности [5; 6; 10]. Более того, росту числа исследований академической прокрастинации способствует доступность респондентов, поскольку откладывающее поведение распространено на всех ступенях получения образования — начиная со школьной скамьи и заканчивая последними курсами вуза.

Таким образом, накопленный эмпирический опыт показывает, что феномен прокрастинации в профессиональной деятельности изучен в меньшей степени. Представлены результаты исследования выраженности прокрастинации во взаимосвязи с синдромом эмоционального выгорания у практикующих психологов. Авторы установили статистически значимые различия в выраженности симптомов профессионального выгорания в зависимости от уровня прокрастинации [7]. Ряд исследований прокрастинации в профессиональной деятельности принадлежит В.В. Барабанщиковой с коллегами. Представлены исследования на различных выборках профессионалов, включая членов виртуальной проектной команды, профессиональных спортсменов и т. д. [3; 5; 12].

¹ Жаркова, С.В. Индивидуально-психологические особенности как предикторы прокрастинации у субъектов разных видов деятельности: специальность 53.10.00: диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Жаркова Светлана Валерьевна, 2022. — 178 с.

В исследовании сотрудников современной российской промышленной организации, направленном на рассмотрение влияния профессиональных, организационных и личностных факторов на прокрастинацию, изучались предполагаемые предикторы — в частности модели поведения, наиболее распространенные в профессиональных ситуациях. Результаты исследования демонстрируют специфические характеристики специалистов, которые имеют высокий уровень осознанного откладывающего поведения, то есть они признают свою склонность к прокрастинации, по сравнению с сотрудниками, которые отрицают наличие данных симптомов. В качестве предикторов прокрастинации были установлены следующие характеристики: низкая добросовестность, чрезмерная общительность, высокая инновационность, повышенный интерес к изменчивости (проявляющийся в стремлении часто менять свою деятельность и негативном отношении к рутинным делам), а также тревога и депрессия (как последствия воздействия стрессовых факторов) [3]. Высокая оценка важности выполняемых задач, выступая подтверждением серьезной ответственности поставленного профессионального задания (и соответственно возникающее желание специалиста ослабить это «давление») приводит к откладыванию на «потом», зачастую усугубляет сложившуюся ситуацию. Таким образом, данный сформировавшийся паттерн способствует формированию «замкнутого цикла» и является дополнительным значимым предиктором прокрастинации в профессиональной деятельности.

Прокрастинация на рабочем месте была изучена на выборке 236 компьютерных специалистов различных направлений. Исследователям И. М. Горошит и М. Хен (И. М. Goroshit, М. Hen) была установлена взаимосвязь прокрастинации (включающей в себя общую прокрастинацию — склонность избегать выполнение работы и прокрастинацию в принятии решений) с онлайн-прокрастинацией. Результаты исследования подчеркивают проявление хронической прокрастинации, которая может проявляться в определенной области и приводить к формированию циклического откладывания, способствующего снижению производительности [13; 14].

Таким образом, опираясь на сравнительно небольшой объем исследований в этой области нам видится актуальным изучение прокрастинации вне академического контекста — в профессиональной деятельности (на рабочем месте). Приоритетным направлением в исследовании осознанного откладывающего поведения является исследование предиктивных и «протективных» личностных характеристик прокрастинации.

Целью данного исследования являлось изучение выраженности прокрастинации и ее взаимосвязи с личностными свойствами субъектов профессиональной деятельности, которые могут являться предпосылками ее формирования или наоборот, умерять ее.

Гипотезы исследования:

1. Личностная мотивация взаимосвязана с выраженностью прокрастинации у субъектов профессиональной деятельности.
2. Определенные личностные свойства субъектов профессиональной деятельности способствуют проявлению прокрастинации и являются ее личностными предикторами.
3. Ряд личностных свойств субъектов профессиональной деятельности способствуют снижению выраженности прокрастинации и являются «протективными» личностными характеристиками.

Материалы и методы исследования

Выборка исследования состояла из субъектов профессиональной деятельности — специалистов Российского коммерческого предприятия. Общая численность составила 124 человека, из которых 76 женщин и 58 мужчин.

Были сформированы 2 группы:

1. Группа специалистов ИТР (инженерно-техническая деятельность) — группа, разделенная на 2 подгруппы по критерию оплаты труда: подгруппа со сдельной и повременной оплатой труда.
2. Группа специалистов АУП (административно-управленческая деятельность) — разделенные по критерию стажа работы: со стажем менее 10 и более 10 лет.

В исследовании применялись следующие психодиагностические методики:

1. Шкала общей прокрастинации (General Procrastination Scale С.Н. Lay) в адаптации О.С. Виндекер, М.В. Останиной [8].
2. Методика диагностики личности на мотивацию к успеху Т. Элерса.
3. Методика диагностики личности на мотивацию к избеганию неудач Т. Элерса.
4. Калифорнийский психологический опросник (California Psychological Inventory) авторы русскоязычной версии Н.В. Тарабрина и Н.А. Графинина.

Подбор диагностического инструментария совершался в соответствии с направленностью исследования на изучение мотивационной направленности личности, а также исследование существенных социально-психологических качеств, которые проявляются в процессе социального взаимодействия в ситуациях межличностного общения, способного прогнозировать реальное поведение субъекта в деятельности.

Математическая обработка и анализ полученных данных осуществлялась с использованием статистических пакетов IBM SPSS Statistics версия 26.

Результаты и их обсуждение

1. Исследование уровня выраженности прокрастинации. Результаты исследования уровня выраженности прокрастинации в подгруппах испытуемых представлены на рисунке 1.

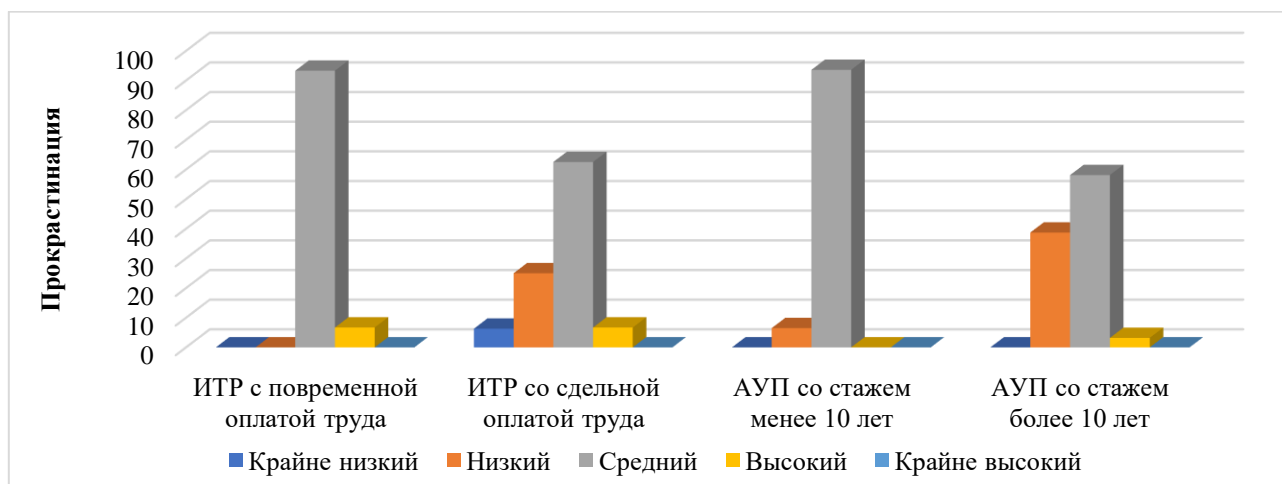


Рисунок 1. Уровень выраженности прокрастинации у испытуемых (%) (составлено автором)

Анализ результатов выявил наличие среднего уровня прокрастинации у большей части испытуемых. Высокий уровень прокрастинации выявлен у 6,7 % специалистов ИТР и у 3,2 % специалистов АУП. Анализ показателей в группе ИТР демонстрирует, что в подгруппе, где результаты деятельности оцениваются по отработанному времени, в основном выявлен средний уровень прокрастинации (93,33 %). Вместе с тем у более одной трети «сдельщиков» (оценка труда по результатам) наблюдается низкий и крайне низкий уровни сформированности осознанного откладывающего поведения (25,0 % и 6,2 % соответственно). Это свидетельствует о важности наличия продукта деятельности, то есть наглядного результата труда, понимание которого снижает уровень прокрастинации.

Анализ результатов в группе АУП установил явную тенденцию к снижению выраженности прокрастинации в зависимости от опыта работы. Так, низкая сформированность осознанного откладывающего поведения отмечена у 6,5 % специалистов с непродолжительным стажем работы и почти у 40 % испытуемых со стажем более 10 лет (38,7 %). Данные результаты могут объясняться наличием периода адаптации «молодого специалиста» к новым трудовым функциям и требованиям к профессиональным компетенциям. С другой стороны, более низкие показатели прокрастинации у опытных специалистов могут быть обусловлены формированием наработанного опыта и различных схем по преодолению осознанного откладывающего поведения на рабочем месте. Также данные результаты могут быть связаны с пониманием негативных последствий прокрастинации, распространяющихся на финансовую сферу: наложение дисциплинарных взысканий (выговор, штраф), отмена выплат стимулирующего характера (лишение премий) и т. д.

2. Исследование мотивации. Результаты исследования мотивации достижения в подгруппах испытуемых представлены на рисунке 2.

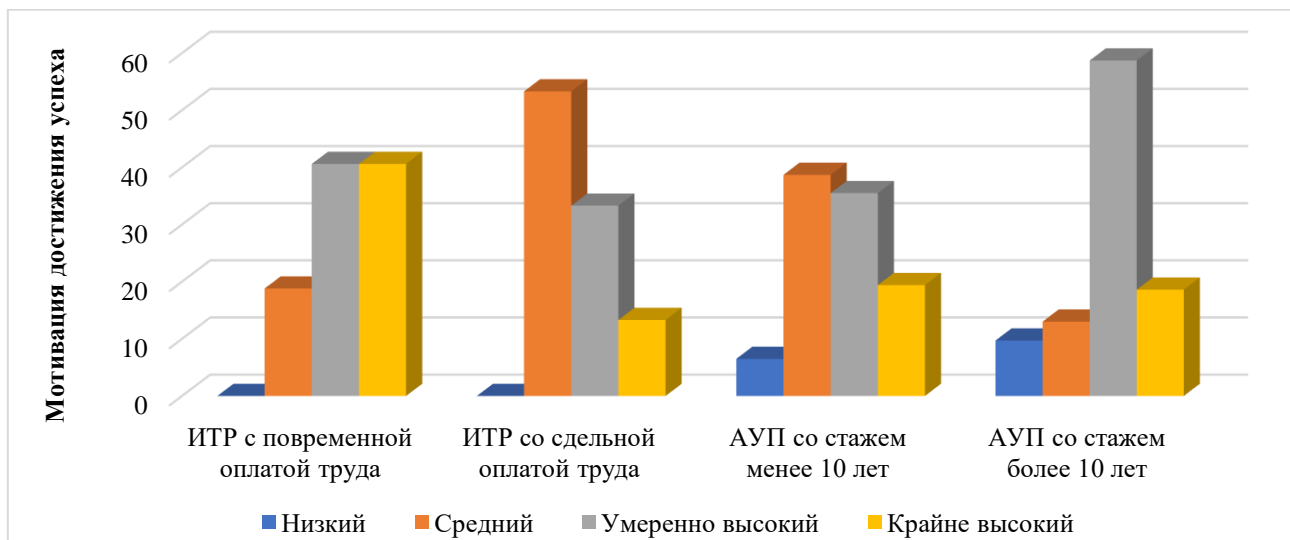


Рисунок 2. Уровень выраженности мотивации достижения у испытуемых (%) (составлено автором)

Результаты анализа демонстрируют преобладание среднего и умеренно высокого уровней мотивации достижения успеха во всех подгруппах респондентов, кроме подгруппы ИТР с окладной системой оплаты труда. У большей части испытуемых специалистов ИТР выявлен высокий уровень мотивации достижения (у 80,6 % и 46,6 % соответственно). Аналогичный уровень наблюдается в группе специалистов АУП (у 64,9 % и 77,3 % соответственно). Однако, практически у одной пятой части общей выборки испытуемых установлен крайне высокий уровень мотивации достижения, при котором субъект деятельности отличается высоким уровнем притязаний и готовностью достигать

конструктивные результаты. Субъектам с ярко выраженной мотивацией достижения свойственно принимать на себя ответственность за выполнение той или иной деятельности, тенденции к поиску новых продуктивных и эффективных способов действия, новаторству, а также приоритету к задачам средней и высокой меры сложности. Однако высокая мотивация к достижению не всегда может приводить к высоким результатам деятельности, также как и высокие результаты не всегда обусловлены сильным мотивом достижения [7; 15].

Результаты исследования мотивации избегания неудачи в подгруппах испытуемых представлены на рисунке 3.

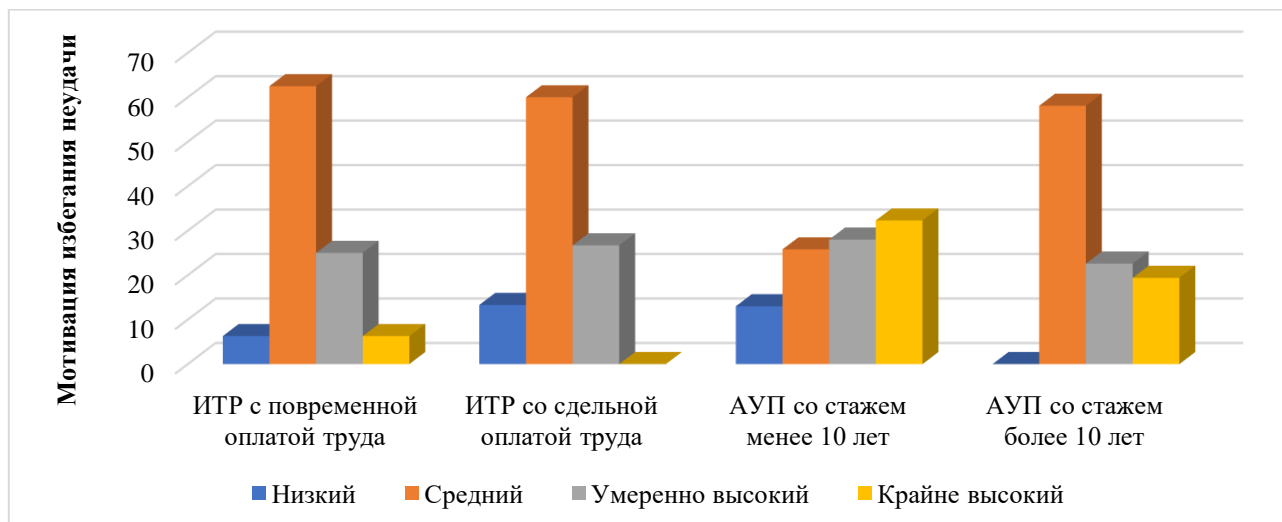


Рисунок 3. Уровень выраженности мотивации избегания неудачи у испытуемых (%) (составлено автором)

Анализ данных результатов выявил преобладание среднего уровня мотивации избегания в обследуемых группах. При этом установлена общая тенденция к снижению крайне высокого уровня мотивации к избеганию неудач в группе АУП: опытным специалистам менее свойственен крайне высокий уровень мотивация к избеганию (6,3 % и 0 % соответственно; 32,3 % и 19,4 % соответственно). Мотивация избегания неудачи предполагает страх неудачи и в дальнейшем избегание выполнения поставленной задачи, особенно в ситуациях оценивания результатов деятельности другими людьми. Это способствует формированию неуверенности в своих действиях, боязни критики у субъектов с выраженным мотивом избегания неудачи. Зачастую приоритетными определяются крайне сложные или излишне легкие задачи, что не вызывая сомнений может способствовать проявлению осознанного откладывающего поведения в профессиональной деятельности.

3. Результаты корреляционного анализа. Были выявлены статистически значимые положительные взаимосвязи уровня выраженности прокрастинации со следующими личностными свойствами: «способность к статусу» ($r = 0,301$; $p < 0,05$) «достижение через независимость» ($r = 0,372$; $p < 0,01$), и отрицательную связь с «толерантностью» ($r = -0,265$; $p < 0,05$) у специалистов ИТР. В группе АУП уровень выявлены следующие корреляты прокрастинации: «доминирование» ($r = -0,477$; $p < 0,01$), «способность к статусу» ($r = -0,247$; $p < 0,05$), «общительность» ($r = -0,268$; $p < 0,05$), «независимость» ($r = -0,364$; $p < 0,01$), «социальное присутствие» ($r = -0,293$; $p < 0,05$), «социализация» ($r = -0,289$; $p < 0,05$), «чувство благополучия» ($r = -0,537$; $p < 0,01$) и «толерантность» ($r = -0,401$; $p < 0,01$).

Кроме того, была обнаружена отрицательная взаимосвязь прокрастинации и мотивации к достижению успеха ($r = -0,346$, $p < 0,01$) у сотрудников ИТР. Это может быть обусловлено значительным влиянием мотивации достижения на результат деятельности. Поскольку

направленность мотивации на достижение, являясь внутренним ресурсом, становится важнейшим источником эффективной деятельности, это не способствует формированию откладывающего поведения. Статистически значимые связи мотивации избегания неудачи и прокрастинации установлены не были. Мы предполагаем, что различные мотивационные конструкты могут быть связаны и прояснять причины осознанного откладывающего поведения, но при этом по-разному проявляться на индивидуально-психологическом уровне и в сочетании, обусловленные видом деятельности.

4. Результаты регрессионного анализа. Для построения моделей, позволяющих прогнозировать значения зависимой переменной (прокрастинация), была применена линейная модель регрессионного анализа для групп ИТР и АУП.

Результаты регрессионного анализа в группе ИТР представлены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты регрессионного анализа в группе ИТР

Модель	Нестандартизован. коэффициенты		Стандартизован. коэффициенты	Т	Знач.
	В	станд. ошиб.	бета		
(Константа)	62,966	5,911		10,653	0,000
Ai	0,943	0,061	0,809	15,510	0,000
Py	-1,201	0,078	-0,976	-15,381	0,000
Cs	1,446	0,078	0,949	18,557	0,000
Do	0,997	0,082	0,654	12,097	0,000
Fx	0,155	0,039	0,184	4,022	0,000
In	-0,835	0,064	-0,562	-13,048	0,000
So	-0,339	0,043	-0,329	-7,804	0,000
Re	-0,280	0,053	-0,260	-5,323	0,000

Составлено автором

Коэффициенты регрессии отображают отрицательную связь прокрастинации в отношении следующих личностных свойств: «психологический склад ума», «независимость», «социализация», «ответственность», таким образом, соотнося их к «протективным» личностным характеристиками, защищающим от прокрастинации. Личностными предикторами прокрастинации для субъектов данного вида деятельности являются «достижение через независимость», оказывающий наибольшее влияние на выраженность прокрастинации, а также «способность к статусу», «доминирование» и «психологическая гибкость». Полученная регрессионная модель, демонстрирует, что в 94,7 % осознанное откладывающее поведение обуславливается вышеперечисленными личностными характеристиками.

Таким образом, сотрудникам, которые отличаются самодисциплинированностью, добросовестностью, целеустремленностью, отсутствием стремления перекладывать ответственность на коллег, не свойственно осознанное откладывающее поведение в профессиональной деятельности. Сотрудники, стремящиеся к соперничеству и проявляющие доминирование и превосходство в рабочем коллективе, предрасположенные к автономной деятельности и самостоятельному принятию решений (без учета мнения коллег) зачастую более склонны к прокрастинации.

Вклад личностных свойств, входящих в состав модели организации личности по методике СРІ, в уровень выраженности прокрастинации у специалистов АУП представлен в таблице 2.

Таблица 2

Результаты регрессионного анализа в группе АУП

Модель	Нестандартизованные коэффициенты		Стандартизованные коэффициенты	Т	Знач.
	В	стандарт. ошибка	Бета		
(Константа)	38,417	8,055		4,770	0,000
Wb	-0,332	0,063	-0,491	-5,289	0,000
Re	0,791	0,146	0,526	5,399	0,000
Do	-0,431	0,102	-0,397	-4,234	0,000
Fx	0,253	0,078	0,299	3,224	0,002

Составлено автором

Итоговая модель, полученная в результате регрессионного анализа, показывает значимое влияние на выраженность прокрастинации следующих личностных свойств: «чувство благополучия» (регрессор, вносящий наибольший вклад в личностную прокрастинацию) и «доминирование» демонстрируют отрицательную связь с прокрастинацией, таким образом, являясь «протективными» личностными характеристиками, умеряющими выраженность прокрастинации. Личностными предикторами прокрастинации для данного вида деятельности выступают «ответственность» и «гибкость». При доле объясняющей дисперсии модели 40,6 %. Данные результаты находят подтверждение в ранее проводимых исследованиях [8]. Таким образом, субъекты деятельности, не склонные к прокрастинации, характеризуются как сотрудники настойчивые, проявляющие лидерские качества, имеющие высокий уровень удовлетворенности собой и социальной поддержкой коллег.

Важно отметить, что для каждого вида деятельности были установлены определенные личностные свойства, способствующие прокрастинации или умеряющие ее в зависимости от вида деятельности. Дальнейший анализ полученных данных позволил выделить общие и частные личностные предикторы прокрастинации. Общим предиктором для всех изученных видов деятельности является «сверхгибкость». Остальные предиктивные и протективные личностные характеристики прокрастинации субъектов инженерно-технической и административно-управленческой деятельности являются вариативными.

Заключение

Проведенное исследование установило взаимосвязи выраженности прокрастинации с определенными личностными свойствами субъектов профессиональной деятельности — специалистов российского коммерческого предприятия. На базе полученных данных были сформированы регрессионные модели для каждого из представленных видов деятельности. Полученные данные расширяют теоретические и практические знания в области психологических особенностей личности являющихся предиктивными или протективными личностными характеристиками прокрастинации у субъектов профессиональной деятельности.

Следует отметить, что при изучении возможных причин прокрастинации в трудовой деятельности необходимо исходить из различных уровней анализа — от личностных и поведенческих характеристик до организационных компонентов профессиональной среды. То есть фокусировать внимание на виде деятельности, форме ее организации и т. д.

Дальнейшее изучение психологических характеристик, связанных с осознанным откладывающим поведением в профессиональной деятельности, может быть расширено посредством изучения индивидуально-психологических особенностей, связанных с прокрастинацией, например, таких как интроверсия-экстраверсия, тревожность и т. д.

ЛИТЕРАТУРА

1. Milgram, N.N. Personality correlates of decisional and task avoidant procrastination / N.N. Milgram, R. Tenne // *European Journal of Personality*. — 2000. — Т. 14(2). — С. 141–156.
2. Chu, A.H.C. Rethinking procrastination: Positive effects of «active» procrastination behavior on attitudes and performance / A.H.C. Chu, J.N. Choi // *The Journal of Social Psychology*. — 2005. — Т. 145(3). — С. 245–264.
3. Barabanshchikova, V.V. The Impact of Organizational and Personal Factors on Procrastination in Employees of a Modern Russian Industrial Enterprise / V.V. Barabanshchikova, S.A. Ivanova, O.A. Klimova // *Psychology in Russia: State of the Art*. — 2018. — Т. 11(3). — С. 69–85.
4. Ference, T.P. Managing the career plateau / T.P. Ference, J.A. Stoner, E.K. Warren // *Academy of Management Review*. — 1977. — Т. 2(4). — С. 602–612.
5. Барабанщикова, В.В. Перспективы исследования феномена прокрастинации в профессиональной деятельности / В.В. Барабанщикова, Г.И. Марусанова // *Национальный психологический журнал*. — 2015. — № 4(20). — С. 130–140.
6. Варваричева, Я.И. Феномен прокрастинации: проблемы и перспективы исследования / Я.И. Варваричева // *Вопросы психологии*. — 2010. — № 3. — С. 121–130.
7. Жаркова, С.В. Особенности выраженности эмоционального выгорания во взаимосвязи с уровнем прокрастинации у психологов-консультантов / С.В. Жаркова // *Мир науки. Педагогика и психология*. — 2023. — Т. 11. — № 3. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/35PSMN323.pdf>.
8. Виндекер, О.С. Формальный и содержательный анализ шкалы общей прокрастинации С.Н. Lay (на примере студенческой выборки) / О.С. Виндекер, М.В. Останина // *Актуальные проблемы психологического знания. Теоретические и практические проблемы психологии. Научно-практический журнал*. — 2014. — № 30. — С. 116–126.
9. Pestana, J.V. Leisure and Procrastination, a Quest for Autonomy in Free Time Investments: Task Avoidance or Accomplishment? / J.V. Pestana, N. Codina, R. Valenzuela // *Frontiers in Psychology*. — 2020. — Т. 10. — 10 с.
10. Дементий, Л.И. Особенности ответственности и временной перспективы у студентов с разным уровнем прокрастинации / Л.И. Дементий, Н.Н. Карловская // *Психология обучения*. — 2013. — № 7. — С. 4–19.
11. Жаркова, С.В. Академическая прокрастинация как причина учебной неуспешности / С.В. Жаркова // *Модернизация системы профессионального образования на основе регулируемого эволюционирования: Материалы XXII Международной научно-практической конференции, Москва — Челябинск, 16 ноября 2023 года*. — Челябинск: Челябинский институт переподготовки и повышения квалификации работников образования, 2023. — С. 302–306.
12. Барабанщикова, В.В. Феномен прокрастинации в деятельности членов виртуальных проектных групп / В.В. Барабанщикова, Е.О. Каминская // *Национальный психологический журнал*. — 2013. — № 2(10). — С. 43–51. — DOI 10.11621/npj.2013.0207.

13. Goroshit, M. Decisional, general and online procrastination: Understanding the moderating role of negative affect in the case of computer professionals / M. Goroshit, M. Hen // Journal of Prevention & Intervention in the Community. — 2018. — Т. 46(3). — С. 279–294.
14. Uysal H.T., Yilmaz F. Procrastination in the workplace: The role of hierarchical career plateau / H.T. Uysal, F. Yilmaz / Upravlenets. TheManager. — 2020. — Т. 11(3). — С. 82–101.
15. Рожков, Е.М. Мотивация достижения успеха и избегания неудач в работах отечественных и зарубежных психологов / Е.М. Рожков // Психологические науки. — 2014. — № 3. — 3 с.

Zharkova Svetlana Valeryevna

Chelyabinsk Institute of Education Development, Chelyabinsk, Russia
E-mail: zharkova_sv@ipk74.ru

Pogorelov Dmitry Nikolaevich

Chelyabinsk Institute of Education Development, Chelyabinsk, Russia
E-mail: pogorelovdn@mail.ru

«Protective» personal characteristics and personal predictors of procrastination as a stable personal disposition in subjects of professional activity

Abstract. This article examines the psychological phenomenon of procrastination — conscious delaying behavior among subjects of professional activity. The results of modern domestic and foreign studies of conscious postponing behavior in professional activities are presented, and the lack of research in this direction is emphasized. The focus of the study is aimed at studying the level of procrastination severity among subjects of professional activity — specialists in engineering and technical specialties (differentiated into subgroups according to the criterion of remuneration) and specialists at the administrative and managerial level (divided into subgroups according to the criterion of length of service). The authors studied the personal motivation of subjects of professional activity in relation to procrastination. The personal characteristics included in the personality model according to the CPI of subjects of professional activity were studied, a number of which are personal correlates of procrastination depending on the type of activity. Personal predictors of procrastination for each of the studied types of activity were identified, and «protective» personal characteristics that moderate the severity of procrastination were also established. The diagnosed predictive and protective personal characteristics of procrastination are differentiated into general and variable. Regression models were built for subjects of engineering, technical and administrative activities. The data obtained expand theoretical and practical knowledge in the field of research of procrastination, manifested in professional activities. Analysis of the research results emphasizes the importance of focusing not only on the personal and behavioral characteristics of the subject of the activity, but also on the type of activity and the form of its organization.

Keywords: procrastination; personal predictors of procrastination; protective personal characteristics; professional activity; subjects of professional activity