

ВОЛЕВЫЕ АСПЕКТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТАМИ МЛАДШИХ КУРСОВ ВУЗА

Валиуллина Евгения Викторовна

*Доцент кафедры психиатрии, наркологии и медицинской психологии,
Кемеровский государственный медицинский университет, Кемерово, Россия
e-mail: valiullinajv@ya.ru*

Аннотация. В статье представлены результаты исследования уровня прокрастинации и волевого потенциала личности у студентов 1–2 курсов медицинского университета. Большинство юношей и девушек обладают средним уровнем прокрастинации и высоким или средним уровнем волевого потенциала. Значимая отрицательная корреляционная связь этих показателей свидетельствует о важности выраженных значений силы воли в преодолении проявлений академической прокрастинации на начальных этапах обучения в вузе.

Ключевые слова: личность, прокрастинация, воля, волевой потенциал, исследование.

VOLUNTARY ASPECTS OF LEARNING EDUCATIONAL AND PROFESSIONAL ACTIVITY BY STUDENTS OF JUNIOR COURSES OF THE UNIVERSITY

Valiullina Evgeniya

*Associate Professor of the Department of Psychiatry, Narcology and Medical
Psychology,
Kemerovo State Medical University, Kemerovo, Russia
e-mail: valiullinajv@ya.ru*

Annotation. The article presents the results of a study of the level of procrastination and volitional potential of a personality among students of 1-2 courses of a medical university. The majority of boys and girls have an average level of procrastination and a high or medium level of volitional potential. A significant negative correlation between these indicators indicates the importance of pronounced values of willpower in overcoming the manifestations of academic procrastination at the initial stages of study at a university.

Key words: personality, procrastination, will, volitional potential, research.

Учебно-профессиональная деятельность выступает ведущим видом деятельности студентов в высших учебных заведениях, она направлена на получение ими профессиональных знаний, выработку умений и навыков, призвана обеспечить освоение необходимых компетенций, развитие профессионально-важных качеств и формирование профессиональной культуры личности. Учебно-профессиональная деятельность как

специфический вид деятельности имеет свою структуру, содержание, специфику и т.д.

Для успешности освоения учебно-профессиональной деятельности на начальных этапах обучения значимыми аспектами выступают свойства волевой психической сферы личности, такие как волевой потенциал, целенаправленность деятельности, принятие решения и исполнение этого решения, саморегуляция, локус контроля, активность, направленность, инициативность, настойчивость, наличие/отсутствие прокрастинации и другие.

Прокрастинация определяется как склонность личности постоянно откладывать выполнение нужных, важных дел на более поздний срок, «на потом» или заменять их посторонними делами, это может приводить к неприятным психологическим эффектам. Так, Р. Steel к критериям поведения при прокрастинации относит контрпродуктивность, бесполезность и дезадаптивность [12]. К основным сферам проявления прокрастинации относятся: сфера здоровья, профессиональная и учебная деятельность, для учащихся и студентов был выделен соответствующий вид прокрастинации – академическая прокрастинация (откладывание выполнения учебных заданий и внеучебных работ). Данному типу прокрастинации посвящено немало психологических работ Р.А. Барановой, Я.И. Варваричевой, Н.Г. Гаранян, А.А. Горбуновой, Е.П. Ивудиной, К. Orange, М. Kogan, В. Knaus и др. Так, Е.П. Ивудина и Е.С. Шуракова рассматривают академическую прокрастинацию как проявление защитно-совладающего поведения [7], а Т.А. Евстратова связывает прокрастинацию с процессами адаптации личности к новым условиям на примере образовательного пространства вуза [4].

«Волевой потенциал – способность личности управлять собственной волевой сферой, поддерживать оптимистичный взгляд на жизнь и получать положительные эмоции от событийной насыщенности» [2, с. 86]. Проблемы волевой сферы, воли, волевого усилия, волевого потенциала личности в психологической литературе представлены трудами Л.С. Выготского, В.А.

Иванникова, Е.П. Ильина, В.К. Калина, А.Н. Леонтьева, В.Н. Мясищева, В.В. Никандрова, С.Л. Рубинштейна и других. В своих исследованиях А.В. Быков отмечает, что волевая регуляция, являясь процессом реализации активности личности, направлена на управление деятельностью и поведением, а также на овладение собой [1].

Вопросам связи прокрастинации и мотивационно-волевой сферы уделено внимание в работах М.А. Киселевой [9]. Она утверждает, что волевой акт имеет дискретную структуру и между постановкой цели и исполнением задуманного возникает некий «зазор», обусловленный прокрастинацией, в результате процесс планирования затягивается на неопределенный срок. В психологических исследованиях последних лет выявлена связь прокрастинации с мотивацией на успех [8], с внешней мотивацией и демотивацией [11], с уровнем самодисциплины и ленью [5], со слабостью мотивационно-волевой сферы (ленью: недостаточностью мотивации к деятельности, отсутствием силы воли и навыков саморегуляции) [6].

С целью изучения уровня прокрастинации и волевого потенциала (как необходимых составляющих волевого аспекта учебно-профессиональной деятельности) студентов младших курсов вуза было проведено исследование. Респондентами стали студенты первых и вторых курсов лечебного и педиатрического факультетов Кемеровского государственного медицинского университета (всего было опрошено 48 человек, из них 15 юношей и 33 девушки, в возрасте от 18 до 19 лет). Для реализации цели исследования были применены следующие методы: анализ научной литературы по проблеме, психодиагностическое тестирование (при помощи опросника «Диагностика волевого потенциала личности» и шкалы общей прокрастинации С. Лэй (С. Lay), статистическая обработка данных (с использованием критерия Пирсона и коэффициента ранговой корреляции Спирмена, а также пакета программ Microsoft Office – Microsoft Excel, версия 2013 года) и обобщение полученных результатов. Результаты исследования представлены в Таблице 1.

Таблица 1. Средние значения прокрастинации и волевого потенциала

Параметры	Среднее значение	Стандартное отклонение	χ^2 Эмп
Прокрастинация	53,56	6,92	64,258*
Волевой потенциал	20,68	2,31	74,584**
Примечание 1: критические значения χ^2 для $v=48$: $\chi^2=64,001$ (при $p<0,05$); $\chi^2=72,443$ (при $p<0,01$). Примечание 2: * – расхождения между распределениями статистически достоверны при $p<0,05$; ** – расхождения между распределениями статистически достоверны при $p<0,01$.			

Воля выступает действенной стороной сознания личности, «таким его качеством, благодаря которому психическая деятельность влияет на деятельность практическую» [10], соответственно учебно-профессиональная деятельность во многом регулируется особенностями волевой сферы студентов, достаточными/недостаточными волевыми усилиями и силой/слабостью воли. Под влиянием необходимых волевых усилий происходит активизация действий для эффективного решения задач, преодоления трудностей и успешного достижения целей. С другой стороны, существует понятие «волевого торможения деятельности», когда усилиями воли возможно удержаться от совершения действий, от излишнего проявления активности, замедления или остановки нежелательных поступков (при таком торможении волевое усилие имеет более сложную структуру, чем при активации деятельности).

Что касается прокрастинации, то субъективно- эмоциональное переживание прокрастинации воспринимается чаще всего как негативное, поскольку человек осознает незавершенность действий, предчувствует последствия откладывания своих дел. Происходит это на фоне возрастающей тревожности, чувства стыда, вины, сожаления и других отрицательно окрашенных переживаний. У принимавших участие в исследовании студентов выявлен выраженный уровень прокрастинации, что характеризуется стремлением заниматься более приятными делами, теми, что приносят удовольствие, а менее привлекательные занятия (внеучебные, самостоятельные

и проч. работы) студенты предпочитают откладывать на более поздний срок и/или выполнять непосредственно перед сдачей.

Таблица 2. Распределение респондентов по уровням выраженности прокрастинации и волевого потенциала

Параметры	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Прокрастинация	19%	56%	25%
Волевой потенциал	0%	75%	25%

Как видно из представленных данных, высокий уровень прокрастинации показали 25% студентов младших курсов, средний выявлен у 56%, низкие показатели характерны для 19% юношей и девушек. Исследователи прокрастинации выделяют три ее компонента, так, для поведенческого компонента академической прокрастинации характерно стремление избежать ответственности или тревоги, связанной с обучением, он представляет собой форму научения, т.н. подкрепляемое поведение. Когнитивный компонент обусловлен особенностями познавательной сферы студентов (восприятия времени, аналитико-синтетического мышления, распределения и объема внимания), перфекционистскими установками и личностными убеждениями. Эмоциональный компонент прокрастинации характеризуется наличием иррационального страха удачи или ожидания неуспеха, повышенной самокритикой, амбивалентностью желаний, личностной или ситуативной тревожностью. «Ситуативная (реактивная) тревожность вызывается определенной ситуацией, реакцией на эту ситуацию, порождающей беспокойство. Личностная тревожность представляет собой личностную черту, типологическую и/или характерологическую особенность» [3, с. 27].

«Сила воли», согласно методике диагностики волевого потенциала личности, дифференцируется по трем уровням выраженности. Средним уровнем силы воли обладают 75% опрошенных молодых людей, высокий

уровень характерен для 25% из них, низкий уровень выявлен не был. Средние значения свидетельствуют о достаточной мобильности и лабильности действий в зависимости от ситуации, при необходимости человек может проявить настойчивость и упорство, в иных случаях – податливость и уступчивость. При высоких значениях параметра силы воли недостаточная гибкость и бескомпромиссность поведения могут оказывать негативное влияние в сфере коммуникаций (непримиримая позиция по непринципиальным вопросам отрицательно воспринимается окружающими), в освоении учебно-профессиональной деятельности такие показатели могут оказывать положительный эффект.

Корреляционный анализ проведен при помощи коэффициента ранговой корреляции Спирмена, в ходе которого была получена значимая отрицательная корреляционная зависимость между показателями прокрастинации и волевого потенциала (при $p \leq 0,01$), $r_s = - 0,421$ (критические значения r_s для $N=48$: $r_s=0,29$ (при $p \leq 0,05$), $r_s=0,37$ (при $p \leq 0,01$). Таким образом, высокие значения параметра силы воли понижают показатели прокрастинации, и наоборот, недостаточные волевые усилия увеличивают возможность развития прокрастинации. В ходе решения учебных задач, подготовки к занятиям, выполнения внеучебных заданий высокая степень самоорганизации и волевого потенциала личности способны нивелировать проявления академической прокрастинации у студентов.

Учебно-профессиональная деятельность в высших учебных заведениях характеризуется целенаправленностью, осознанностью, активностью, субъектностью и предметностью. Волевая составляющая выступает значимым фактором и важным условием успешности освоения студентами учебно-профессиональной деятельности на начальных этапах обучения, когда у молодых людей возрастает степень автономности, самостоятельности и личной ответственности.

Перспективным направлением исследования может стать изучение других волевых аспектов учебно-профессиональной деятельности студентов вуза, их обусловленности и взаимосвязи, таких как прокрастинация и локус контроля, направленность и волевой потенциал, сила воли и самооценка личности, целеполагание и прокрастинация.

Список литературы:

1. Быков А.В. Особенности волевой регуляции в кризисные периоды развития личности // Вестник МГОУ. Серия «Психологические науки». 2012. № 1. С. 7–16.
2. Валиуллина Е. В. Волевой потенциал личности и реализация потребностей в саморазвитии // Научно-методический журнал Концепт. 2020. № 3. С. 86–91.
3. Валиуллина Е.В. Психологический механизм вытеснения при ситуативной и личностной тревожности // Вестник северо-восточного федерального университета им. М.К. Аммосова. Серия: Педагогика. Психология. Философия. 2020. № 2 (18). С. 25–29.
4. Евстратова Т.А. Взаимосвязь адаптации и прокрастинации // Сборник конференции НИИ Социосфера. Прага : Vedecko vydavatelske centrum Sociosfera-CZ. 2015. № 10. P. 163–167.
5. Забродина Л.А., Мухина Ю.Р. Взаимосвязь прокрастинации с индивидуально-личностными характеристиками студентов // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2017. № 3. С. 311–315.
6. Зверева М.В. Прокрастинация как личностный фактор при психической патологии в юношеском возрасте : автореф. дис. канд. пед. наук. М., 2015. 161 с.
7. Ивутина Е.П., Шуракова Е.С. Академическая прокрастинация как проявление защитно-совладающего поведения у студентов // Вестник Вятского государственного гуманитарного университета. 2013. № 4 (1). С. 146–151.
8. Ильченко А.М. Психологические предикаты прокрастинации студентов // Смальта. 2017. № 4. С. 20–24.
9. Киселева М.А. Особенности мотивационно-волевой сферы прокрастинатора // Сборники конференций НИЦ Социосфера. 2014. № 24. С. 68–70.
10. Морозов А.А. Деловая психология. СПб. : Союз, 1999. 161 с.
11. Мохова С.Б. Психологические корреляты общей и академической прокрастинации у студентов // Вопросы психологии. 2013. № 1. С. 24–35.
12. Steel P. The procrastination equation: How to stop putting things off and start getting stuff done. New York : HarperCollins, 2012. 352 p.

References:

-
1. Bykov A.V. Features of strong-willed regulation in crisis periods of personality development // Bulletin of Moscow State University. Series "Psychological Sciences." 2012. № 1. P. 7–16.
 2. Valiullina E.V. Voleva personality potential and realization of self-development needs // Scientific and methodological journal Concept. 2020. № 3. P. 86–91.
 3. Valiullina E.V. Psychological mechanism of displacement in situational and personal anxiety // Bulletin of the northeastern federal university named after M.K. Ammosov. Series: Pedagogy. Psychology. Philosophy. 2020. № 2 (18). P. 25–29.
 4. Evstratova T.A. Relationship of Adaptation and Procrastination//Collection of the Conference of the Research Institute of the Sociosphere. Ппара : Vedecko vydavatel'ske centrum Sociosfera-CZ. 2015. № 10. P. 163–167.
 5. Zabrodina L.A., Mukhina Yu.R. The relationship of procrastination with the individual-personal characteristics of students//Azimut of scientific research: pedagogy and psychology. 2017. № 3. P. 311–315.
 6. Zvereva M.V. Procrastination as a personal factor in mental pathology in adolescence : autoref. dis. ... edging. пед. sciences. M., 2015. 161 p.
 7. Igotina E.P., Shurakova E.S. Academic procrastination as a manifestation of protective behaviour among students // Bulletin of Vyatka State Humanities University. 2013. № 4 (1). P. 146–151.
 8. Ilchenko A.M. Psychological predicates of procrastination of students//Smalt. 2017. № 4. P. 20–24.
 9. Kiseleva M.A. Features of the motivational and strong-willed sphere of the procrastinator // Collections of conferences of the SIC Sociosphere. 2014. № 24. P. 68–70.
 10. Morozov A.A. Business psychology. St. Petersburg : Union, 1999. 161 p.
 11. Mokhova S.B. Psychological correlates of general and academic procrastination in students // Psychology issues. 2013. № 1. P. 24–35.
 12. Steel P. The procrastination equation: How to stop putting things off and start getting stuff done. New York : HarperCollins, 2012. 352 p.