

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**КОСТРОМСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

ЖИЗНЕННЫЕ ТРАЕКТОРИИ ЛИЧНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ:  
СОЦИАЛЬНЫЙ И ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ КОНТЕКСТ

Сборник статей II Международной научно-практической конференции Кострома,  
18–19 апреля 2024 года

УДК 159.9:316.6(0.034)

ББК

Печатается по решению редакционно-издательского совета КГУ

Р е ц е н з е н т ы:

Жизненные траектории личности в современном мире: социальный и индивидуальный контекст: сборник статей II Международной научно-практической конференции (Кострома, 18–19 апреля 2024 г.) / сост. Н.С. Шиова: отв. ред. Т. Н. Адеева, М.А. Крылова. – Кострома: Костромской государственный университет, 2024.

В сборник вошли материалы II Международной научно-практической конференции «Жизненные траектории личности в современном мире: социальный и индивидуальный контекст», проходившей 18–19 апреля 2024 года в

институте педагогики и психологии Костромского государственного университета. Материалы сборника освещают такие проблемы современной науки и практики, как формирование и развитие личности в меняющемся мире; психолого-педагогическое сопровождение и реабилитация лиц с ограниченными возможностями здоровья на разных этапах жизни и психолого-педагогическое сопровождение семей, детей и молодежи в условиях организаций образования, здравоохранения и социальной защиты. Ряд статей посвящен близким отношениям и семье в современном контексте, вопросам образовательных траекторий личности в современном мире. Представлены не только статьи известных ученых и практиков, но и студенческие работы, участвующие в международном конкурсе научных исследований по педагогике, психологии, дефектологии. Предназначен для ученых-исследователей, научно-педагогических работников высших учебных заведений, аспирантов и соискателей, студентов, специалистов-практиков с целью использования в научной работе, учебной и профессиональной деятельности.

УДК 159.9:316.6(0.034)

ББК

## **СОДЕРЖАНИЕ**

### **Раздел 1. Формирование и развитие личности в меняющемся мире.**

#### **Социокультурный и клинический аспект**

**Абдалина Л. В.** Экологичное взаимодействие как критерий профессиональной деятельности современного психолога.

**Аванесян Г.М., Мурадян Е.Б.** Символ «пси» как один из маркеров формирования профессиональной идентичности студента-психолога

рассматривать в качестве основы для разработки программ психологической профилактики и сопровождения личности в условиях нарастающих перемен и неопределенности.

#### Библиографический список

1. Борисов Р.В. Гражданская идентичность в терминах психодиагностики // Вестник Дагестанского государственного университета. Серия 2: Гуманитарные науки. – 2016. – Т. 31. – № 4. – С. 95-99.
2. Лопухова О.Г. Опросник «Маскулинность, феминность и гендерный тип личности» (Российский аналог «Вem sex role inventory») // Вопросы психологии. – 2013. – № 1. – С. 147-154.
3. Реан А.А. Психология человека от рождения до смерти. – СПб.: «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2002. – 656 с. – С. 93.
4. Столин В.В., Пантилеев С.Р. Опросник самоотношения // Практикум по психодиагностике: Психодиагностические материалы. – М., 1988. – С. 123-130.
5. Шнейдер Л.Б., Хрусталева В.В. Ассоциативный тест как основа конструирования методики изучения социальной идентичности // Вестник РМАТ. – 2014. – № 3. – С. 83-96.

УДК 159.92

**А.В. Лаврентьева<sup>1</sup>, Д.В. Семенова<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Казанский (Приволжский) федеральный университет  
lavrent-anna@mail.ru

<sup>2</sup> Казанский (Приволжский) федеральный университет  
daria.semenova.v@gmail.com

#### **АКАДЕМИЧЕСКАЯ ПРОКРАСТИНАЦИЯ СТУДЕНТОВ- ПЕРВОКУРСНИКОВ**

*В статье описаны результаты исследования академической прокрастинации студентов-первокурсников. Выявлены различия между студентами с высоким и*

*низким уровнем прокрастинации по ряду психологических параметров, в частности учебным мотивам, личностным дезорганизаторам, сочувствием к себе. Предложены практические рекомендации.*

**Ключевые слова:** академическая прокрастинация; личностные дезорганизаторы времени, учебные мотивы, сочувствие к себе.

**A.V. Lavrenteva<sup>1</sup>, D.V. Semenova<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Kazan Federal University

<sup>2</sup> Kazan Federal University

## **ACADEMIC PROCRASTINATION IN FRESHMEN STUDENTS**

*The article describes the results of the study of academic procrastination of first-year students. Differences between students with high and low levels of procrastination on a number of psychological parameters, in particular, academic motives, personal disorganizers, situational and personal anxiety, and self-compassion are revealed. There are some practical recommendations in this article.*

**Keywords:** academic procrastination; personal time disorganizers; academic motives; self-compassion.

Академическая прокрастинация становится препятствием в процессе обучения. У студентов первого курса данная проблема может быть связана с трудностями учебной адаптации в вузе и в итоге приводить к отчислению. Прокрастинация может проявляться в виде откладывания подготовки к экзаменам, выполнения письменных работ, проектов, при этом, если учащийся откладывал дела, то он с большей вероятностью будет откладывать дела и в будущем [1]. Поэтому актуальным становится вопрос профилактики прокрастинации на начальных этапах обучения.

Под академической прокрастинацией понимается иррациональное поведение, которое проявляется в осознанном и добровольном откладывании дел, несмотря на отрицательные последствия [2]. Академическую прокрастинацию связывают с низкой мотивацией к учебе, низкой саморегуляцией лени [2], со

способом справиться с негативными эмоциями, с личностными особенностями в виде перфекционизма и невротизма, со смысловыми установками [1], с когнитивными особенностями [3]. Исследования в области академической прокрастинации, которые проводятся, часто рассматривают отдельные аспекты прокрастинации, нет достаточного осмысления данного явления как целостного феномена.

Цель исследования: выявить отличительные особенности студентов с высоким уровнем прокрастинации, чтобы определить направления психологической поддержки в период прохождения процесса адаптации в вузе.

Описание выборки и методов исследования. Исследование носило пилотажный и прикладной характер. В нем участвовало 102 студента первого курса, обучающихся по специальности «клиническая психология». Исследование проводилось в середине весеннего учебного семестра в период прохождения учебно-ознакомительной практики. Были выделены две группы учащихся с высоким и низким уровнем прокрастинации: 37 и 16 студентов соответственно. Результаты методик 49 студентов со средним уровнем прокрастинации не учитывались. По половому составу выборка была преимущественно женская (94 девушки и 8 юношей), поэтому данный аспект в исследовании не рассматривался. Все юноши вошли в выборку со средним уровнем прокрастинации.

Для оценки психологических особенностей академической прокрастинации были использованы методики: шкала оценки академической прокрастинации (PASS) L.Solomon, E. Rothblum в адаптации М.В. Зверевой; шкала сочувствия к себе (SCS) К.Нефф в адаптации К.А. Чистопольской, Е.Н. Осина, С.Н. Ениколопова; методика О.В. Кузьминой «личностные дезорганизаторы времени»; методика изучения мотивации обучения в вузе Т.И. Ильиной и методика для диагностики учебной мотивации студентов А.А. Реана, В.А Якунина в модификации Н.Ц. Бадмаевой. Методики были подобраны так, чтобы рассмотреть мотивационно-поведенческий, смысловой аспекты, уровень переживания и отношения к себе, учитывая холистическую природу человека. Для выявления различий между студентами с высоким и низким уровнем академической прокрастинации использовался критерий Манна-Уитни.

Результаты исследования. По итогам психологического тестирования высокий уровень прокрастинации наблюдается у 36% учащихся, средний уровень – у 48%, низкий уровень – у 16% учащихся.

У студентов с высоким уровнем прокрастинации обнаруживаются более высокие значения по шкалам социальная тревожность, лень, избегание неудач, импульсивность и более низкие значения по организованности и самоконтролю (таблица 1).

Таблица 1

Различия по шкалам оценки академической прокрастинации

Шкалы	Ср.зн. студентов с высоким уровнем прокрастинации	Ср.зн. студентов с низким уровнем прокрастинации	U <sub>эмп</sub> ; уровень значимости p<0,01
Социальная тревожность	2,9	2,3	168
Лень	3,8	2,5	106
Организованность	2,5	3,4	132
Избегание неудач	3,8	3,3	103
Импульсивность	2,3	2,1	165,5
Самоконтроль	3,8	4,4	147,5

У студентов с высоким уровнем прокрастинации наблюдаются более низкие значения по ряду мотивов, в частности приобретению знаний, профессиональным мотивам, мотивам творческой самореализации, учебно-познавательным и социальным мотивам (таблица 2).

Таблица 2

Различия по методикам учебной мотивации

Учебные мотивы	Ср.зн. студентов с высоким уровнем прокрастинации	Ср.зн. студентов с низким уровнем прокрастинации	U <sub>эмп</sub>
Приобретение знаний	7,2	9,6	199; p<0,05
Профессиональные	4,3	4,8	151; p<0,01
Творческая самореализация	3,7	4,4	196,5; p<0,05
Учебно-познавательные	3,5	4,1	165,5; p<0,01
Социальные	3,3	3,8	184,5; p<0,05

Таким образом, возникает вопрос, связаны ли более низкие уровни развития мотивов с ошибочным профессиональным выбором, неполном и расплывчатом представлении о выбранной профессии, с неразвитостью уровня самосознания. Данный факт указывает на необходимость профессиональной ориентации как на более раннем этапе, так и на этапе обучения в вузе.

Как видно из таблицы 3, у студентов с высоким уровнем прокрастинации наблюдаются более высокие значения по всем личностным дезорганизаторам времени. В частности, у них меньше выражены цели и видение личных перспектив, им сложнее справляться с организацией своей деятельности, устанавливать приоритеты в делах и сосредотачиваться на проблеме, они испытывают усталость, пассивность и эмоциональное напряжение при выполнении работы и нехватки времени (таблица 3).

Таблица 3

Различия по методике «Личностные дезорганизаторы времени»

Дезорганизаторы	Ср.зн. студентов с высоким уровнем прокрастинации	Ср.зн. студентов с низким уровнем прокрастинации	U <sub>эмп</sub>
Ценностно-смысловые	10,2	7,1	185,5; p<0,05
Организационные	14	8,3	100,5; p<0,01
Мотивационные	12,5	7,7	132,5; p<0,01
Эмоциональная апатия	15,6	10,8	134,5; p<0,01
Эмоциональная напряженность	14,2	10,1	161,5; p<0,01
Общий показатель	5,7	4,4	200; p<0,05

Академическая прокрастинация на первом курсе может быть вызвана несформированными навыками планирования своей деятельности. На данном этапе учащиеся попадают в иные учебные условия, нежели в школе, которые предполагают большую самостоятельность.

Уровень переживаний и отношения к себе рассматривался по методике шкала сочувствия к себе К. Нефф. По ней также были выявлены различия. У студентов с высоким уровнем прокрастинации в меньшей степени выражена способность по-доброму относиться к себе в ситуации неудачи, выше значения самокритики, выше уровень чувства одиночества и непохожести себя на других людей в

неудачах, несбалансированное, предвзятое отношение к своим переживаниям и чрезмерное погружение в них (таблица 4).

Таблица 4

Различия по методике «Шкала сочувствия к себе»

Шкалы	Ср.зн. студентов с высоким уровнем прокрастинации	Ср.зн. студентов с низким уровнем прокрастинации	U <sub>эмп.</sub> , уровень значимости
Сочувствие к себе	3,1	3,7	122,5; p<0,01
Доброта к себе	3,6	3,95	203,5; p<0,05
Самокритика*	3,3	3,8	186,5; p<0,05
Самоизоляция*	2,8	3,5	142; p<0,01
Внимательность	3,5	3,75	203,5; p<0,05
Чрезмерная идентификация*	2,3	3,2	111; p<0,01

\*Примечание: чем выше значения по шкалам, тем меньше выражен признак.

Выводы и рекомендации. Таким образом, отличия у студентов с высокой и низкой прокрастинацией проявляются на разных уровнях психики – мотивационно-поведенческом, смысловом, эмоциональном, на уровне переживаний и отношения к себе. У студентов с высокой прокрастинацией меньше выражены содержательные и творческие мотивы учебы, смыслы, цели учебы; в большей степени выражены эмоциональная напряженность и пассивность при недостатке способности поддержать себя и позаботиться о себе в сложных ситуациях. Академическую прокрастинацию можно рассматривать не только как дефицит организационных компетенций (целеполагания, планирования и расстановки приоритетов), но и в процессуальном плане, как попытку прекратить деятельность, не имеющую смысла для индивида. Прокрастинация может быть связана с прерыванием удовлетворения осознанной потребности, из-за отсутствия лично окрашенного смысла учебных дел. Индивид теряет контакт с собой, вместо того, чтобы поддержать и позаботиться о себе, начинает себя критиковать, чувствует себя в изоляции, еще больше повергает себя в негативные эмоции. Следовательно, в качестве психологической поддержки следует проводить профессиональную ориентацию, например, в рамках первой учебно-ознакомительной практики, с целью развития содержательных и творческих мотивов, развивать навыки тайм-менеджмента (целеполагания,

планирования, расстановки приоритетов, управления стрессами), развивать сочувствие к себе, навыки майндфулнес.

#### Библиографический список

1. Попова, Д.И. Академическая прокрастинация студентов 1 курса: психологические аспекты и особенности / Д.И. Попова // Инновационная наука: психология, педагогика, дефектология. – 2021. – Т. 4, № 4. – С. 6-26. – EDN EODOSF. (дата обращения: 27.02.2024).
2. Симонова Ж.Г. Академическая прокрастинация: проблема или стиль жизни студентов // Современные проблемы науки и образования. – 2022. – №4. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=31969> (дата обращения: 26.02.2024).
3. Сманов Д.А. Когнитивные особенности и предикторы прокрастинации // Научный результат. Педагогика и психология образования. 2023. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kognitivnye-osobennosti-i-prediktory-prokrastinatsii> (дата обращения: 27.02.2024).

УДК 159.922

5.8.1. «Общая педагогика, история педагогики и образования»

**Ш. Мой<sup>1</sup>,**

<sup>1</sup> Воронежский государственный университет

shoran.mu@mail.ru

#### СПОСОБНОСТЬ ПРИНИМАТЬ РЕШЕНИЯ КАК КРИТЕРИЙ САМОРЕАЛИЗАЦИИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ В ВУЗЕ

*В статье рассматривается способность принимать решения иностранными студентами как показатель их успешной самореализации в вузе. Автор анализирует рассматриваемого понятие через систему ценностных убеждений личности в контексте теории деятельности. Принятие решения в данном аспекте выступает как как компонент поведения, который направлен на*