

Особенности прокрастинации водителей с различным стажем

Научный руководитель – Клемес Виктория Сергеевна

Усатов Иван Александрович

Выпускник (магистр)

Амурский государственный университет, Факультет социальных наук, Благовещенск,
Россия

E-mail: 89143845536@mail.ru

Современность и новый мировой уклад поставили во главу угла вопрос об эффективной, а главное систематической деятельности в рамках установленных дедлайнов без срыва результатов и минимальной прокрастинации со стороны личности любого профессионала [1].

Профессиональная деятельность водителя связана с повышенным эмоциональным напряжением, сопровождающимся высокой прокрастинацией. Получается, что она может возникнуть в результате накопления негативных эмоций внутри себя без должного «высвобождения» или «катарсиса», в результате чего происходит истощение эмоционально-энергетических ресурсов человека [2].

Прокрастинация представляет собой систематическое откладывание человеком на более поздний срок выполнения срочных и важных дел или принятия решений, которые осознаются им как таковые, сопровождаемое комплексом негативных эмоций и очевидно приводящее к ухудшению ситуации или результата деятельности [3].

Заглавный труд по систематическому определению феномена прокрастинации был произведен Н. Милграмом в 1992 году. Исследования продолжили К. Лэй, П. Стилл, В.В. Барбанцикова, Р.А. Баранова, Я.И. Варваричева, С.Б. Мохова, А.Н. Неврюев, Н.Н. Карловская и многие другие [4]. Прокрастинация может вызывать стресс, чувство вины, снижение продуктивности, а также недовольство окружающих из-за невыполнения обязательств.

Цель нашего исследования: определение особенностей прокрастинации водителей с различным стажем вождения.

Гипотеза исследования: существуют особенности прокрастинации водителей с различным стажем вождения.

База исследования: ООО «Яндекс.Го».

В исследовании приняли участие 30 профессиональных водителей г. Благовещенска в возрасте 21-50 лет, которые были разделены на две группы. В 1 группу вошли 15 человек в возрасте от 21 до 30 лет со стажем вождения до 5 лет, во 2 группу – 15 человек в возрасте от 30 до 50 лет со стажем более 10 лет.

Респондентам был предложен «Опросник на склонность к прокрастинации». Методика позволяет определить уровень прокрастинации личности в различных сферах жизнедеятельности человека: личностно обусловленной и ситуативно обусловленной прокрастинации. Для оценки различий между двумя выборками по изучаемым характеристикам использовался статистический критерий U-критерий Манна-Уитни.

В целом, результаты исследования прокрастинации показали, что у большинства водителей со стажем более 10 лет выявлен средний показатель личностно обусловленной прокрастинации, в равной степени низкие и средние результаты ситуативно обусловленной прокрастинации. Полученные данные позволяют рассмотреть влияние причин прокрастинации, как со стороны индивидуально-личностного фактора, так и в качестве ситуативной характеристики, на скорость и результат выполняемой деятельности. Также можно отметить достоверное преобладание личностно обусловленной прокрастинации, в сравнении с

ситуативно обусловленной, что позволяет говорить о сформированной прокрастинации в качестве личностного свойства.

В свою очередь, для большинства водителей со стажем вождения до 5 лет, характерен низкий уровень тенденции личности к прокрастинации, низкий уровень личностно и средний ситуативно обусловленной прокрастинации. Результаты исследования позволяют говорить, что проявления откладывания дел на потом возможны, но, для большинства опрошенных, они не связаны с прокрастинацией как сформированной (устойчивой) личностной чертой, но могут проявляться под воздействием ситуативных факторов (ситуации на дороге, происходящее вокруг), которые оцениваются через индивидуальные особенности водителей, но у лиц, обладающих высокими показателями прокрастинации, данный феномен может быть сформирован в форме свойства личности.

Итак, с помощью статистического U-критерия Манна-Уитни выявлено, что уровень выраженности ситуативной прокрастинации у водителей со стажем более 10 лет достоверно ($p \leq 0.01$) ниже, чем у водителей со стажем вождения до 5 лет, а уровень личностно обусловленной прокрастинации у этих водителей наоборот выше.

Полученные данные преимущественно связаны с внутренними (индивидуально-личностными), а также внешними (ситуативными) факторами, при их оценке через индивидуальные особенности людей. Полученные данные позволяют достичь цели исследования и подтвердить гипотезу. Результаты исследования положены в основу программы развития персонала компании с рекомендациями [5] по их коррекции.

Источники и литература

- 1) Скотникова, И. Г. Психологические особенности переживания неопределенности / И. Г. Скотникова [и др.] // Институт психологии Российской Академии наук. Социальная и экономическая психология. – М., 2020. – Т. 5. – С. 245–268.
- 2) Усатов, И.А. Ре-стресс майндсет / И.А. Усатов. – М., 2024. – 194 с.
- 3) Барабанщикова, В. В. Профессиональные деформации специалиста в инновационных видах деятельности / В. В. Барабанщикова. – М., 2017. – 310 с.
- 4) Усатов, И. А. Прокрастинация как многоаспектный феномен / И. А. Усатов // Modern research in global scientific activities: current issues, achievements and innovations Современные исследования в мировой научной деятельности: актуальные вопросы, достижения и инновации. – Н. Новгород-Los Gatos (USA), 2018. – С. 67-71.
- 5) Усатов, И.А. 366 шагов к счастью / И.А. Усатов. – М., 2024. – 400 с.