

Научная статья

УДК 159.99

DOI: 10.18384/2949-5105-2025-2-21-33

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ СКЛОННОСТИ К АКАДЕМИЧЕСКОЙ ПРОКРАСТИНАЦИИ

**Зекерьяев Р. И.**

*Крымский инженерно-педагогический университет имени Февзи Якубова, г. Симферополь, Республика Крым, Российская Федерация*

*e-mail: ruslan51291@mail.ru*

*Поступила в редакцию 02.12.2024*

*После доработки 05.02.2025*

*Принята к публикации 06.02.2025*

### **Аннотация**

**Цель.** Выявить психологические особенности эмоциональной направленности личности с различным уровнем склонности к академической прокрастинации.

**Процедура и методы.** В исследовании приняли участие 60 человек, среди которых 30 юношей и 30 девушек в возрасте от 18 до 22 лет. Респондентами выступили студенты высших учебных заведений Республики Крым. В ходе исследования были использованы следующие методики: «Шкала оценки академической прокрастинации» (Л. Соломон, Е. Ротблум; в адаптации М. В. Зверевой), методика «Определение общей эмоциональной направленности» (Б. И. Додонов). В ходе математико-статистической обработки данных были использованы частотный анализ, Н-критерий Краскела-Уоллиса, корреляционный анализ. В ходе исследования было использовано прикладное программное обеспечение SPSS 22.0 и MS Excel 2021.

**Результаты.** Выявлено, что для респондентов, склонных к академической прокрастинации, характерна низкая проявленность практической и гностической, а также высокая проявленность глорической эмоциональных направленностей.

**Теоретическая и/или практическая значимость.** Полученные результаты могут быть применены в ходе психолого-педагогического сопровождения личности в процессе обучения.

**Ключевые слова:** академическая прокрастинация, эмоциональная направленность, практическая, гностическая, глорическая

**Для цитирования:** Зекерьяев Р. И. Психологические особенности эмоциональной направленности личности с различным уровнем склонности к академической прокрастинации // Психологические науки. 2025. №2. С. 21–33. DOI: 10.18384/2949-5105-2025-2-21-33

Original research article

## PSYCHOLOGICAL FEATURES OF EMOTIONAL ORIENTATION OF PERSON WITH DIFFERENT LEVELS OF PROPENSITY TO ACADEMIC PROCRASTINATION

**R. Zekeriaev**

*Crimean Engineering and Pedagogical University the name of Fevzi Yakubov, Simpheropol,  
Republic of Crimea, Russian Federation*

*e-mail: ruslan51291@mail.ru*

*Received by the editorial office 0202.12.2024*

*Revised by the author 05.02.2025*

*Accepted for publication 06.02.2025*

### **Abstract**

**Aim.** Reveal the psychological characteristics of the emotional orientation of person with different levels of propensity for academic procrastination.

**Methodology.** The study involved 60 people, including 30 boys and 30 girls aged 18 to 22 years. During the study were used following methods: ascertaining experiment (method «Academic procrastination assessment scale» L. Solomon, E. Rotblum; adapted by M. V. Zvereva; method «Determination of general emotional orientation» by B. I. Dodonov); methods of statistical data processing (frequency analysis, the Kruskal-Wallis H-test, correlation analysis). During the study was used the application software SPSS 22.0 and MS Excel 2021.

**Results.** Proved that a person prone to academic procrastination are characterized by low manifestation of praxic and gnostic, as well as high manifestation of gloric emotional orientations.

**Research implications.** The results of the study can be used by practical psychologists during the psychological and pedagogical support of the person in the learning process.

**Keywords:** academic procrastination, emotional orientation, praxic, gnostic, gloric

**For citation:** Zekeriaev R. I., (2025). Psychological features of emotional orientation of person with different levels of propensity to academic procrastination. In: *Psychological Sciences*, 2025, 2, pp. 21–33. DOI: 10.18384/2949-5105-2025-2-21-33

### **Введение**

В современном мире академическая прокрастинация является распространённым феноменом, с которым сталкиваются обучающиеся на всех уровнях образования. Она проявляется как стремление откладывать выполнение учебных задач, которое, в свою очередь, снижает качество обучения в целом. Это явление в современном учебном процессе встречается

всё чаще, так как оно характеризуется высокой степенью стрессогенности, многозадачностью, а также давлением со стороны внешних социальных факторов. Понимание взаимосвязи академической прокрастинации с прочими личностными особенностями может иметь высокую практическую значимость, предоставляя возможность разработки программы психолого-педагогического сопровождения личности

в образовательном процессе. Также такое системное изучение феномена академической прокрастинации может способствовать формированию здоровьесберегающего учебного пространства, повышать психоэмоциональное благополучие обучающихся. Всё это обуславливает необходимость изучения психологических особенностей личности с различным уровнем склонности к академической прокрастинации. Одной из таковых может являться эмоциональная направленность личности, которая в целом определяет особенности её жизнедеятельности, в том числе и в процессе обучения.

Целью статьи является выявление психологических особенностей эмоциональной направленности личности с различным уровнем склонности к академической прокрастинации.

### **Теоретический обзор литературы по проблеме исследования**

На данном этапе развития научной мысли существует большое количество работ, посвящённых изучению академической прокрастинации личности.

Современные исследователи рассматривают данный феномен с позиции различных аспектов. С одной стороны, П. Стил, Дж. Р. Феррари, С. Зак, М. Хен отмечали, это явление может быть последствием практически безграничной свободой распоряжения персональным временем и необходимостью самостоятельного планирования своей жизнедеятельности обучающимся. Вместе с этим у него может отмечаться низкая степень саморегуляции и склонность к откладыванию учебных задач как дезадаптивная стратегия поведения в новой учебной ситуации [25; 26]. С другой стороны, Н. Айзенбек,

Д. Ф. Каррено, Р. Уклес-Хуарес, Б. Ленггоно, Ф. Тентама, Ф. М. Сируа объясняли академическую прокрастинацию через её связь со склонностью личности откладывать выполнение учебных задач с целью осуществления эмоциональной регуляции, а именно – временном нивелировании переживания стресса из-за необходимости начать выполнять работу и принимать решения, связанных с этим [21; 23; 24]. С третьей стороны существует подход М. Хен. и М. Горошит, согласно которому склонность к академической прокрастинации является устойчивой чертой личности, связанной с другими психологическими особенностями личности, такими как перфекционизм, эмоциональная неустойчивость и т. д. [22].

В своих исследованиях О. С. Зорькина, А. В. Микляева, Д. С. Реброва, А. С. Савинская определяли академическую прокрастинацию как добровольную, не зависящую от факторов извне нерациональную задержку выполнения запланированных задач. Будучи осознаваемыми, все возможные негативные последствия такого поведения никак не мотивируют личность решать актуальные вопросы. Вместе с этим, прокрастинирующий обучающийся переживает комплекс негативных аффективных переживаний по причине собственной бездельности, что, в свою очередь, приводит к возникновению и развитию состояния стресса, снижению общего уровня самооценки, появлению чувства неуверенности в себе и т. д. Вместе с этим прокрастинация может протекать в двух вариациях: пассивной и активной. Так, при первом варианте причиной откладывания ре-

шения актуальных задач становится переживание возможной неудачи и необходимости нести ответственность за свои действия. Следовательно, основная цель прокрастинации в данном случае – избежать негативной оценки выполненной деятельности. Активная же форма данного феномена заключается в намеренном откладывании актуальных учебных задач с целью испытать прилив сил, творческий подъём и повышенную интеллектуальную включённость, которые возникают в условиях жёсткого дефицита времени для их решения [6; 11].

В работах Л. А. Забродиной, Ю. Р. Мухиной и А. С. Стоянова в процессе описания феномена прокрастинации отмечается, что причинами стремления откладывать учебные задачи могут быть как их навязанность вопреки желаниям учащегося, так и большой запас времени, выделенный на их выполнение. Также в качестве причин прокрастинации этими учёными выделялись общая занятость обучающегося, субъективное восприятие им заданий как скучных или сложных, предшествующий негативный опыт в обучении и сложности в личностной саморегуляции. По мнению исследователей, особого внимания заслуживают смысловые установки как фактор возникновения склонности к прокрастинации: в случае, когда их влияние дезорганизующее, данный феномен будет возрастать; в противном случае, при стабилизирующем влиянии, стремление откладывать учебные задачи будет нивелироваться [14; 17; 18].

Описывая характеристики прокрастинации как психологического феномена, Н. А. Чернышёва, М. Балкис, Д. Эрдинк выделяли среди них осоз-

нанность, которая заключается в умышленном откладывании учебных задач на определённое время; иррациональность как парадокс между стремлением к избеганию своевременного выполнения учебных задач и пониманием возможных негативных последствий этого шага, что, в свою очередь, вызывает у обучающегося комплекс негативных аффективных переживаний. По мнению этих учёных, ещё одним свойством прокрастинации является время, а именно то, что всегда существует момент, в который из-за откладывания учебных задач формируется устойчивая тревожность, влияющая на академическую успеваемость в целом [19; 20].

В работах А. В. Микляевой, С. А. Безгодовой, С. В. Васильевой и др. отмечалось, что академическая прокрастинация может быть связана с низкой степенью способности к саморегуляции личности в учебном процессе. Учёные также говорили о том, что распространённость данного феномена в студенческой составляет 80%, а ведущими факторами, обуславливающими данный феномен, являются неуверенность в собственных силах и отсутствие навыков самоорганизации и планирования своей деятельности в обучении. Исследователи также отмечали, что обучающиеся, склонные к прокрастинации, преимущественно реализуют непродуктивные стили поведения в стрессовых ситуациях, такие как дистанцирование, избегание, конфронтация и т. д. У них также ярко выражены такие механизмы защиты психики, как регрессия (уход в более ранние модели поведения, которые когда-то были успешны) и замещение (стремление выполнять другую работу

в ущерб академической деятельности) [7; 10].

По мнению Л. Ф. Бородиной и И. Н. Кормачевой, академическая прокрастинация – это поведенческая модель, сформированная на базе нехватки учебных навыков. Эти учёные видели истоки стремления откладывать выполнение учебных задач в волевых, мотивационных и эмоциональных особенностях личности. Авторы утверждали, что прокрастинация интегрируется в структуру академической деятельности обучающегося как компонент, отрицательно коррелирующий с особенностями его волевой саморегуляции. Вместе с этим прокрастинация становится наблюдаемой в момент, когда основную роль в выполнении поставленных учебных задач начинают играть компоненты регулятивного компонента в процессе обучения. В качестве маркёров этого феномена исследователи выделяли стремление отложить актуальные академические вопросы, демонстрируя мнимую готовность взяться за них в ближайшее время, а затем решать их в последний момент, переживая чувство сильного стресса [2; 9].

С. Л. Богомаз, Я. И. Варваричевой, В. Г. Петровской, Т. Л. Сморкаловой и др. было выявлено, что для обучающихся, склонных к прокрастинации, характерны низкий уровень мотивационной составляющей, стимулирующей желание учиться, что проявляется в лени, выученной беспомощности и ориентации на другие виды деятельности. Также для личности, склонной к академической прокрастинации, характерна недостаточная развитость социальных навыков, в частности, коммуникабельности, из-за чего затруднён процесс по-

строения взаимоотношений с другими учащимися и педагогами. Также авторами было отмечено влияние низкого эмоционального интеллекта на стремление откладывать решение учебных задач. При этом они отмечали, что не следует акцентировать внимание на отдельных компонентах эмоционального интеллекта, связанных с уровнем прокрастинации, т. к. их проявление предопределяет этот феномен совокупно. Исследователи также отмечали, что к эмоционально-волевым факторам, формирующим склонность к прокрастинации, можно отнести эмоциональную стабильность/нестабильность, тревожность/спокойствие, расслабленность/напряжённость [1; 3; 12; 16].

Признавая высокую актуальность и значимость современных исследований, посвящённых описанию феномена академической прокрастинации, необходимо отметить, что недостаточно изученным остаётся вопрос о взаимосвязи склонности к откладыванию решения учебных задач с психологическими особенностями эмоциональной сферы личности. Вместе с этим отсутствуют исследования, изучающие эмоциональную направленность личности, склонной к академической прокрастинации. В то же время понимание взаимосвязи данных феноменов позволит снизить стремление личности к откладыванию решения учебных задач, что, в свою очередь, в целом повысит успешность процесса обучения в целом.

### **Представление результатов исследования**

В исследовании приняли участие 60 человек, половозрастное распределение которых – 30 юношей и 30 де-

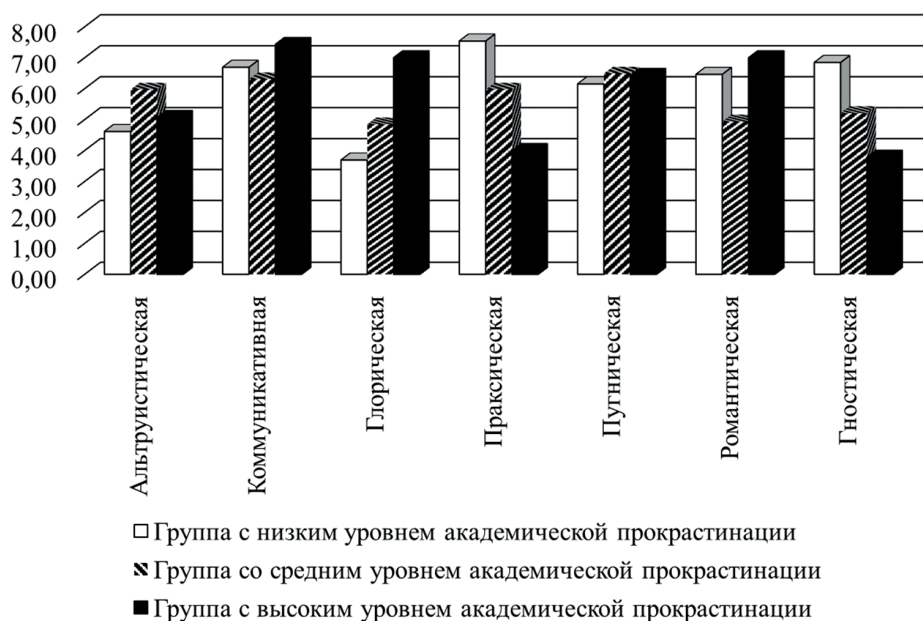
вушек в возрасте от 18 до 22 лет. В роли респондентов выступили отобранные случайным образом студенты высших учебных заведений города Симферополя Республики Крым.

В ходе исследования были использованы следующие методы: констатирующий эксперимент (методика «Шкала оценки академической прокрастинации» Л. Соломона и Е. Ротблум, методика «Определение общей эмоциональной направленности» Б. И. Додонова); методы математико-статистической обработки данных (частотный анализ, Н-критерий Краскела-Уоллиса, корреляционный анализ). В ходе исследования было использовано прикладное программное обеспечение SPSS 22.0 и MS Excel 2021.

В ходе исследования было обнаружено, что в выборке присутствуют респонденты с низким (13 человек: 6 юношей и 7 девушек в возрасте от 18 до 22 лет), средним (33 человека: 14 юношей и 19 девушек в возрасте от 18 до 22 лет) и высоким (14 человек: 10 юношей и 4 девушки в возрасте от 18 до 22 лет) уровнями склонности к академической прокрастинации.

Результаты исследования эмоциональной направленности личности респондентов с различным уровнем склонности к академической прокрастинации приведены на рис. 1.

Из рис. 1 видно, что участники исследования, проявившие низкие практические и гностические, а также высокую глорическую эмоциональные



**Рис. 1 / Fig. 1.** Сравнение выраженности эмоциональных направленностей личности у групп респондентов с различным уровнем склонности к академической прокрастинации / Comparison of the severity of emotional orientations of groups of respondents with different levels of propensity to academic procrastination

Источник: данные автора.

направленности, отличаются высоким уровнем склонности к академической прокрастинации.

Для математико-статистического обоснования выявленных различий в данных группах респондентов был использован Н-критерий Краскела-Уоллиса (рис. 2).

Из рис. 2 видно, что для респондентов с различным уровнем склонности к академической прокрастинации характерны различия в проявлении таких эмоциональных направленностей как практическая ( $H_{\text{эмп}} = 13,908$ ;  $p < 0,05$ ), гностическая ( $H_{\text{эмп}} = 11,698$ ;  $p < 0,05$ ) и глорическая ( $H_{\text{эмп}} = 11,625$ ;  $p < 0,05$ ), что было подтверждено в ходе математико-статистического анализа данных.

Результаты анализа взаимосвязи между уровнем склонности к академической прокрастинации респондентов и показателями их эмоциональных на-

правленностей с помощью корреляционного анализа Спирмена приведены на рис. 3.

Из рис. 3 видно, корреляционный анализ подтвердил существование взаимосвязей между уровнем склонности к академической прокрастинации и выраженностью таких эмоциональных направленностей как практическая ( $r = -0,582$ ;  $p < 0,05$ ), гностическая ( $r = -0,537$ ;  $p < 0,05$ ) и глорическая ( $r = 0,552$ ;  $p < 0,05$ ).

Данный феномен проявляется в том, что со снижением ценностей эмоциональных переживаний, связанных с получением новой информации и удовлетворением от хорошо проделанной работы, растёт уровень академической прокрастинации. В то же время в ситуации, когда личность получает удовольствие от выполнения задач образовательного процесса и расширения своих знаний в целом,

Статистические критерии<sup>а,б</sup>

|                            | Альтруистическая | Коммуникативная | Глорическая | Практическая | Пугническая |
|----------------------------|------------------|-----------------|-------------|--------------|-------------|
| Н эмп.                     | 2,295            | 2,239           | 11,625      | 13,908       | ,212        |
| ст. св.                    | 2                | 2               | 2           | 2            | 2           |
| Асимптотическая значимость | ,318             | ,326            | ,003        | ,001         | ,899        |

|                            | Романтическая | Гностическая | Эстетическая | Гедонистическая | Акзигитивная |
|----------------------------|---------------|--------------|--------------|-----------------|--------------|
| Н эмп.                     | 9,479         | 11,698       | 3,168        | 6,851           | 3,372        |
| ст. св.                    | 2             | 2            | 2            | 2               | 2            |
| Асимптотическая значимость | ,009          | ,003         | ,205         | ,033            | ,185         |

а. Критерий Краскела-Уоллиса

б. Группирующая переменная: Уровень академической прокрастинации

**Рис. 2 / Fig. 2.** Результаты обоснования статистической значимости различий в выраженности эмоциональных направленностей у респондентов с различным уровнем склонности к академической прокрастинации / Results of substantiating the statistical significance of differences in the severity of emotional orientations among respondents with different levels of propensity to academic procrastination

Источник: данные автора.

## Корреляции

|             |                  |                        | Склонность к академической прокрастинации |
|-------------|------------------|------------------------|-------------------------------------------|
| Ро Спирмана | Альтруистическая | Коэффициент корреляции | ,103                                      |
|             |                  | Знач. (2-х сторонняя)  | ,433                                      |
|             |                  | N                      | 60                                        |
|             | Коммуникативная  | Коэффициент корреляции | ,022                                      |
|             |                  | Знач. (2-х сторонняя)  | ,869                                      |
|             |                  | N                      | 60                                        |
|             | Глорическая      | Коэффициент корреляции | ,552**                                    |
|             |                  | Знач. (2-х сторонняя)  | ,000                                      |
|             |                  | N                      | 60                                        |
|             | Прагматическая   | Коэффициент корреляции | -,582**                                   |
|             |                  | Знач. (2-х сторонняя)  | ,000                                      |
|             |                  | N                      | 60                                        |
| Ро Спирмана | Пугническая      | Коэффициент корреляции | -,019                                     |
|             |                  | Знач. (2-х сторонняя)  | ,888                                      |
|             |                  | N                      | 60                                        |
|             | Романтическая    | Коэффициент корреляции | ,018                                      |
|             |                  | Знач. (2-х сторонняя)  | ,890                                      |
|             |                  | N                      | 60                                        |
|             | Гностическая     | Коэффициент корреляции | -,537**                                   |
|             |                  | Знач. (2-х сторонняя)  | ,000                                      |
|             |                  | N                      | 60                                        |
|             | Эстетическая     | Коэффициент корреляции | ,193                                      |
|             |                  | Знач. (2-х сторонняя)  | ,140                                      |
|             |                  | N                      | 60                                        |
| Ро Спирмана | Гедонистическая  | Коэффициент корреляции | -,110                                     |
|             |                  | Знач. (2-х сторонняя)  | ,403                                      |
|             |                  | N                      | 60                                        |
|             | Акзигитивная     | Коэффициент корреляции | ,143                                      |
|             |                  | Знач. (2-х сторонняя)  | ,276                                      |
|             |                  | N                      | 60                                        |

\*\* . Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя).

\* . Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя).

Рис. 3. / Fig. 3. Взаимосвязь уровня склонности к академической прокрастинации и показателей эмоциональной направленности личности / The relationship between level of propensity to academic procrastination and indicators of emotional orientations of personality

Источник: данные автора.

наблюдается снижение склонности к откладыванию учебных задач. Вместе с этим по мере роста значимости эмоций, получаемых от признания, успеха и одобрения со стороны окружающих, могут возникнуть страх перед неудачей и перфекционизм, которые, в свою очередь, обуславливают стремление к академической прокрастинации.

Респонденты в ходе исследования отмечали: «Учиться я люблю, каждая хорошо выполненная лабораторная в нашей мастерской или подготовка к таковой дома – это плюс один полезный навык, который мне пригодится в работе. Не вижу смысла откладывать такие задания на последний день, потому что, если делать их впопыхах, то вряд ли чему-то научишься» (парень, 21 год, низкий уровень склонности к академической прокрастинации), «Я склонна к прокрастинации, и я это знаю давно. Мне и в школе не особо интересно было, а в университете, кажется, я вообще зря провожу время. Нам рассказывают много всего разного на парах, но я не могу сказать, что мне нравится учиться, поэтому и не могу себя заставить садиться за уроки, всё время откладываю их на когда-нибудь потом» (девушка, 20 лет, высокий уровень склонности к академической прокрастинации), «Я по жизни перфекционистка. Если делаю что-то, то всегда чётко до каждой запятой. В учёбе это мешает по большей части. Вот, нужно, например, написать эссе, а я не могу просто взять и написать, я понимаю, что мне надо будет перечитать большой объём литературы по теме, потом компоновать, потом переписывать, и надо же учесть все требования и правила! От одного осознания масштаба работы и от того, что от меня

ждут хороший результат, уже опускаются руки, и думаю, что, может, я потом всё это сделаю хорошо, чем сейчас как получится» (девушка, 21 год, высокий уровень склонности к прокрастинации), «Обычно я не откладываю в долгий ящик уроки. Это просто часть рутины, которую надо взять и сделать. И не заморачиваться о том, кто как оценит или что скажет по поводу результата. Это же просто уроки и их просто надо сделать. Справился – молодец, не справился – тоже неплохо, главное, что попробовал. В конце концов, по итогу речь идёт о моих знаниях, а не о чьём-то мнении» (парень, 22 года, низкий уровень склонности к прокрастинации)

### Заключение

Академическая прокрастинация – это систематическое откладывание выполнения задач, назначенных на определённый срок, в пользу чего-то более приятного или менее требовательного, что в итоге приводит к недостаточному времени для выполнения этих задач. На современном этапе развития научной мысли существует большое количество исследований, посвящённых изучению данного феномена, однако вместе с этим недостаточно раскрытым остаётся вопрос о его взаимосвязи с различными психологическими особенностями личности. Одной из таких может выступать эмоциональная направленность личности, которая в целом является регулятором поведения человека, в том числе и в процессе учебной деятельности.

Определено, что респонденты с разным уровнем склонности к академической прокрастинации отличаются в проявлении эмоциональных

направленностей. Так, по мере снижения выраженности практической и гностической, а также повышения выраженности глорической эмоциональных направленностей повышается уровень склонности к академической прокрастинации. Вместе с этим у данных групп респондентов не было обнаружено различий в выраженности прочих эмоциональных направленностей.

Результаты данного исследования могут быть применены в ходе психолого-педагогического сопровождения

личности в образовательном процессе. Использование психологами полученных результатов в рамках индивидуальной или групповой работы с обучающимися может снизить уровень их академической прокрастинации, что, в свою очередь, может способствовать повышению качества обучения. Перспектива дальнейших исследований заключается в поиске других психологических особенностей личности, связанных с уровнем её склонности к академической прокрастинации.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Богомаз С. Л., Циркунова Н. И., Гущина Е. А. Психологические особенности студентов, склонных к прокрастинации // *Право. Экономика. Психология*. 2022. № 3 (27). С. 89–95.
2. Бородина Л. Ф. Феномен прокрастинации в психологии // *Педагогическое образование и наука*. 2019. № 3. С. 20–24.
3. Варваричева Я. И. Феномен прокрастинации: проблемы и перспективы исследования // *Вопросы психологии*. 2010. № 3. С. 121–131.
4. Забродина Л. А., Мухина Ю. Р. Взаимосвязь особенностей прокрастинации с индивидуально-личностными характеристиками студентов // *Азимут научных исследований: педагогика и психология*. 2017. № 3 (20). С. 311–315.
5. Зверева М. В. Шкала оценки академической прокрастинации PASS: методические рекомендации. М.: САМ Полиграфист, 2018. 28 с.
6. Зорькина О. С. Особенности проявления академической прокрастинации у студентов ВУЗа // *Развитие человека в современном мире*. 2022. № 1. С. 33–39.
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. Кожевникова О. В., Шкляева Е. П. Психологические предикторы склонности субъекта к академической прокрастинации // *Вестник Удмуртского Университета. Серия Философия. Психология. Педагогика*. 2017. № 4. С. 451–455.
9. Кормачева И. Н. Академическая прокрастинация как элиминация учебной активности // *Психология человека в образовании*. 2021. Т. 3. № 1. С. 61–70.
10. Микляева А. В., Безгодова С. А., Васильева С. В. Академическая прокрастинация в структуре стилевых особенностей учебной деятельности студентов // *Психологическая наука и образование*. 2018. Т. 23. № 4. С. 61–69.
11. Микляева А. В., Реброва Д. С., Савинская А. С. Академическая прокрастинация в студенческой среде: результаты эмпирического исследования // *Известия Иркутского государственного университета. Серия «Психология»*. 2017. № 19. С. 59–66.
12. Петровская В. Г., Ульянова Д. С. Академическая прокрастинация // *Конструктивные педагогические заметки*. 2021. № 10.1 (17). С. 180–190.
13. Плавник Н. К., Поздняк С. В. Психологические факторы академической прокрастинации у учащихся // *Научные труды Республиканского института высшей школы. Исторические и психолого-педагогические науки*. 2016. № 16–2. С. 192–197.

14. Попова Д. А. Академическая прокрастинация студентов 1 курса: психологические аспекты и особенности // *Инновационная наука: Психология, Педагогика, Дефектология*. 2021. Т. 4. № 4. С. 6–26.
15. Прохоров А. О. Методики диагностики и измерения психических состояний личности. М. : Пер Сэ, 2004. 176 с.
16. Сморкалова Т. Л., Васильева Н. Г. Исследование взаимосвязи прокрастинации и эмоционального интеллекта // *Международный научно-исследовательский журнал*. 2016. № 7 (49). С. 148–151.
17. Стоянов А. С. Социальные факторы академической прокрастинации // *Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология*. 2024. № 2. С. 260–272.
18. Стоянов. А. С. Ожидания в социально-воспитательной работе вуза: курсанты vs студенты (на примере АГЗ МЧС России) // *Социология*. 2022. № 4. С. 24–35.
19. Чернышёва Н. А. Прокрастинация: актуальное состояние проблемы и перспективы изучения // *Вестник Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета. Серия № 1. Психологические и педагогические науки*. 2016. № 1. С. 17–26.
20. Balkis M., Erdinc D. Gender differences in the relationship between academic procrastination, satisfaction with academic life and academic performance (Гендерные различия в отношениях между академической прокрастинацией, удовлетворённостью академической жизнью и академической успеваемостью) // *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*. 2017. № 15 (1). С. 105–125.
21. Eisenbeck N., Carreno D. F., Ucles-Juarez R. From psychological distress to academic procrastination: Exploring the role of psychological inflexibility (От психологического стресса к академической прокрастинации: исследование роли психологической негибкости) // *Journal of Contextual Behavioral Science*. 2019. № 13. С. 103–108.
22. Hen M., Goroshit M. The effects of decisional and academic procrastination on students' feelings toward academic procrastination (Влияние прокрастинации на принятие решений и академическую прокрастинацию на чувства студентов по отношению к академической прокрастинации) // *Current Psychology*. 2020. № 39 (2). Р. 556–563.
23. Lenggono B., Tentama F. Construct measurement of academic procrastination of eleventh grade high school students in Sukoharjo (Конструктивное измерение академической прокрастинации учеников одиннадцатого класса средней школы в Сукохарджо) // *International Journal of Scientific & Technology Research*. 2020. № 9 (1). С. 454–459.
24. Sirois F. M. Absorbed in the moment? An investigation of procrastination, absorption and cognitive failures (Поглощены моментом? Исследование прокрастинации, поглощения и когнитивных неудач) // *Personality and Individual Differences*. 2014. № 71. С. 30–34.
25. Steel P., Ferrari J. R. Sex, education and procrastination: An epidemiological study of procrastinators' characteristics from a global sample (Секс, образование и прокрастинация: эпидемиологическое исследование характеристик прокрастинаторов на основе глобальной выборки) // *Pean Journal of Personality*. 2013. № 27 (1). Р. 51–58.
26. Zack S., Hen M. Academic interventions for academic procrastination: A review of the literature (Академические вмешательства при академической прокрастинации: обзор литературы) // *Journal of Prevention & Intervention Community*. 2018. № 46 (2). С. 117–130.

## REFERENCES

1. Bogomaz, S. L., Tsirkunova, N. I. & Gushchina, E. A. (2022). Psychological characteristics of students prone to procrastination. In: *Law. Economics. Psychology*, 3 (27), 89–95 (in Russ.).
2. Borodina, L. F. (2019). The phenomenon of procrastination in psychology. In: *Pedagogical education and science*, 3, 20–24 (in Russ.).

3. Varvaricheva, Ya. I. (2010). The phenomenon of procrastination: problems and prospects of research. In: *Questions of Psychology*, 3, 121–131 (in Russ.).
4. Zbrodina, L. A. & Mukhina, Yu. R. (2017). The relationship between procrastination processes and individual-personal cultural students. In: *Azimuth of scientific research: pedagogy and psychology*. 2017, 3 (20), 311–315 (in Russ.).
5. Zvereva, M. V. (2018). *PASS Academic Procrastination Assessment Scale: Methodological Recommendations*. Moscow, SAM Polygraphist publ. (in Russ.).
6. Zorkina, O. S. (2022). Features of Academic Procrastination in University Students. In: *Human Development in the Modern World*, 1, 33–39 (in Russ.).
7. Ivutina, E. P., Shurakova, E. S. (2013). Academic Procrastination as a Manifestation of Defensive-Coping Behavior in Students. In: *Bulletin of the Vyatka State Humanitarian University*, 4 (1), 146–151 (in Russ.).
8. Kozhevnikova, O. V. & Shklyayeva, E. P. (2017). Psychological predictors of the subject's tendency to academic procrastination. In: *Bulletin of Udmurt University. Series Philosophy. Psychology. Pedagogy*, 4, 451–455 (in Russ.).
9. Kormacheva, I. N. (2021). Academic procrastination as the elimination of educational activity. In: *Human psychology in education*, 3, 1, 61–70 (in Russ.).
10. Miklyayeva, A. V., Bezgodova, S. A. & Vasilyeva, S. V. (2018). Academic procrastination in the stylistic manifestations of students' educational activities. In: *Psychological science and education*, 23, 4, 61–69 (in Russ.).
11. Miklyayeva, A. V., Rebrova, D. S. & Savinskaya, A. S. (2017). Academic procrastination among students: results of an empirical study. In: *Bulletin of Irkutsk State University. Psychology Series*, 19, 59–66 (in Russ.).
12. Petrovskaya, V. G. & Ulyanova, D. S. (2021). Academic procrastination. In: *Constructive pedagogical notes*, 10.1 (17), 180–190 (in Russ.).
13. Plavnik, N. K. & Pozdnyak, S. V. (2016). Psychological factors of academic procrastination in students. In: *Scientific works of the Republican Institute of Higher Education. Historical and psychological-pedagogical sciences*, 16–2, 192–197 (in Russ.).
14. Popova, D. A. (2021). Academic procrastination of 1st year students: Psychological aspects and features. In: *Innovative science: Psychology, Pedagogy, Defectology*, 4, 4, 6–26 (in Russ.).
15. Prokhorov, A. O. (2004). *Methods of diagnostics and measurement of medical conditions of the individual*. Moscow: Per Se publ. (in Russ.).
16. Smorkalova, T. L. & Vasilyeva, N. G. (2016). Study of the relationship between procrastination and emotional intelligence. In: *International research journal*, 7 (49), 148–151 (in Russ.).
17. Stoyanov, A. S. (2024). Social factors of academic procrastination. In: *Bulletin of Perm University. Philosophy. Psychology. Sociology*. 2024, 2, 260–272 (in Russ.).
18. Stoyanov, A. S. (2022). Expectations in the social and educational work of the University: cadets vs. students (according to the principle of the AGZ of the Ministry of Emergency Situations of Russia). In: *Sociology*, 4, 24–35 (in Russ.).
19. Chernysheva, N. A. (2016). Procrastination: the current state of the problem and prospects for study. In: *Bulletin of the Perm State Humanitarian and Pedagogical University. Series No. 1. Psychological and pedagogical sciences*, 1, 17–26.
20. Balkis, M. & Erdinç, D. (2017). Gender Differences in the Relationships between Academic Procrastination, Satisfaction with Academic Life, and Academic Performance (Gender Differences in the Relationships between Academic Procrastination, Satisfaction with Academic Life, and Academic Performance). In: *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 15 (1), 105–125.

21. Eisenbeck, N., Carreno, D. F. & Ucles-Juarez, R. (2019). From Psychological Distress to Academic Procrastination: An Examination of the Role of Psychological Inflexibility (From Psychological Distress to Academic Procrastination: An Examination of the Role of Psychological Inflexibility). In: *Journal of Contextual Behavioral Science*, 13, 103–108.
22. Hen, M. & Goroshit, M. (2020). The Effect of Decision-Making Procrastination and Academic Procrastination on Students' Attitudes Towards Academic Procrastination (The Effect of Decision-Making Procrastination and Academic Procrastination on Students' Feelings Towards Academic Procrastination). In: *Modern Psychology*, 39 (2), 556–563.
23. Lengono, B. & Tentama, F. (2020). Constructive Dimension of Academic Procrastination of Eleventh-Grade Senior High School Students in Sukoharjo (Constructive Dimension of Academic Procrastination of the Constitution of Eleventh-Grade High School Students in Sukoharjo). In: *International Journal of Scientific and Technological Research*, 9 (1), 454–459.
24. Sirois, F. M. (2014). Absorbed in the Moment? An Examination of Procrastination, Absorption, and Cognitive Failures (Absorbed in the Moment? An Examination of Procrastination, Massivity, and Cognitive Failures). In: *Personality and Individual Differences*, 71, 30–34.
25. Steele, P. & Ferrari, J. R. (2013). Sex, Education, and Procrastination An epidemiological study of procrastinators' characteristics from a global sample. In: *Peap Journal of Personality*, 27 (1), 51–58.
26. Zack, S. & Hen, M. (2018). Academic interventions for academic procrastination: A review of the literature. In: *Journal of Prevention & Intervention Community*. 2018, 46 (2), 117–130.

---

#### ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРЕ

Зекерьяев Руслан Ильвисович (Симферополь) – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии Крымского инженерно-педагогического университета им. Февзи Якубова;

<https://orcid.org/0000-0001-8366-0183>; e-mail: [ruslan51291@mail.ru](mailto:ruslan51291@mail.ru)

#### INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

Ruslan I. Zekeriaev (Simpheropol) – Cand. Sci. (Psychology), Assistant Prof. in the Department of Psychology of Crimean Engineering and Pedagogical University named after Fevzi Yakubov; <https://orcid.org/0000-0001-8366-0183>; e-mail: [ruslan51291@mail.ru](mailto:ruslan51291@mail.ru)