

Взаимосвязь прокрастинации, временных перспектив и смысложизненных ориентаций у сотрудников разного должностного статуса

Научный руководитель – Болотова Алла Константиновна

Чеврениди Анастасия Андреевна

Аспирант

Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Факультет социальных наук, Москва, Россия
E-mail: chewrenidi2011@yandex.ru

Постановка проблемы. В профессиональной деятельности особую значимость имеет способность к организации времени собственной жизни и деятельности. Профессиональная деятельность является процессом, протяженным во времени, где время — важный и невозполнимый ресурс. Умение рационального распределения времени обеспечивает стратегии жизни в ситуациях неопределенности и детерминирует расстановку временных приоритетов в профессиональной самореализации (К.А. Абульханова, А.К. Болотова). Однако время остается одним из важных, но крайне малоиспользуемых резервов психической организации личности. Сотрудники организаций разного должностного статуса все чаще сталкиваются с явлением прокрастинации в профессиональной деятельности. Прокрастинация оказывает влияние на специфику организации и реализации деятельности. При этом субъективная ценность времени, как личностного ресурса, протяженность временной перспективы выступают регуляторами организации деятельности и самореализации личности. Народная мудрость гласит: «работа-не волк, в лес не убежит», однако постоянное следование данной идее может обернуться источником неудач, как в личной, так и профессиональной сфере. Популярность данной темы в житейской психологии парадоксальным образом сочетается с весьма незначительным интересом к ней со стороны психологии научной. Большинство исследователей прокрастинации ограничиваются лишь перечислением возможных предпосылок и причин данного феномена. Несмотря на актуальность проблемы прокрастинации в производственной деятельности, до сих пор нет единого представления о содержании профессиональной прокрастинации и четкого терминологического понимания данного феномена. На данный момент большинство существующих исследований явления прокрастинации реализованы на базе академической сферы, а изучение феномена в профессиональной деятельности, как утверждают В.В. Барабанщикова и Г.И. Марусанова, представлено на примере узких специальностей, что делает актуальным изучение специфики дифференцированного функционирования на материале широкого круга профессий. Авторами также отмечается тот факт, что исследование специфики откладывания дел специалистами при выполнении должностных задач имеет высокую теоретическую и прикладную значимость [1]. Тем не менее, феномен прокрастинации на профессиональном поприще, остается до сих пор недостаточно изученным в современной психологической науке (Я.И. Варваричева, Е.П. Ильин). Это предопределило актуальность проблематики нашего исследования. Эмпирическое исследование взаимосвязи временной перспективы и прокрастинации у сотрудников организации разных должностных статусов. Основная цель нашего исследования заключалась в том, чтобы выявить уровень прокрастинации в профессиональной деятельности сотрудников разного должностного статуса, тип их временной ориентации и смысложизненных ориентаций. Были выдвинуты следующие гипотезы: 1) временная перспектива личности и ее временные измерения (будущее, позитивное или негативное прошлое, гедонистическое или фаталистическое настоящее)

взаимосвязаны с процессами прокрастинации, что позволяет рационально структурировать деятельность личности в пространстве – времени жизни; 2) успех профессиональной деятельности во многом определяется также смысло-жизненными ориентациями личности. Для проверки этих гипотез нами использовался комплекс из 3 методик, включающий «Опросник временной перспективы Ф. [U+202F] Зимбардо» (ZTPI) в адаптации А. Сырцовой, Е. Т. Соколовой и О. В. Митиной [2], шкалу общей прокрастинации К. Лэй (С.Н. Lay) в адаптации Т.Ю. Юдеевой, Н.Г. Гараян и Д.Н. Жуковой [3] и опросник «Смысло-жизненные ориентации» (СЖО) в адаптации Д.А. Леонтьева [4]. Обработка полученных результатов проводилась по программе SPSS Statistics V.22. Выборку исследования составили респонденты разного должностного статуса (120 человек, из них 58 топ-менеджеров и 62 мидл-менеджера), представители различных организаций города Москвы. Результаты показали, что топ-менеджерам свойственна высокая ориентация на временные перспективы будущего (59.03) и позитивного прошлого (36.06), а уровень прокрастинации снижен (53.45). В группе мидл-менеджеров выявлена высокая прокрастинация (57.2), ориентация на временные перспективы гедонистического настоящего (24.6) и негативного прошлого (31.26). Доказан статистически значимый уровень различий выраженности прокрастинации по всей выборке ($r=1211$ при $p \leq .01$). Установлена связь смысло-жизненных ориентаций и временных представлений: наиболее результативными оказались такие показатели СЖО у топ-менеджеров, как «цели в жизни» (35.28), «локус контроля-жизнь» (32.7) и «осмысленность жизни» (155.25), а в группе мидл-менеджеров эти данные выражены слабее. Корреляционный анализ с применением коэффициента Спирмена позволил выявить в группе мидл-менеджеров высокий уровень прокрастинации, обусловленный ориентацией на временную перспективу негативного прошлого на фоне низкой направленности на Будущее, что затрудняет успешность профессиональной деятельности. Также в ходе проведения шкалы общей прокрастинации К. Лэй нами были выявлены гендерные различия для обеих выборок: в мужской части выборки уровень прокрастинации оказался значимо ($p < 0,001$) ниже. Выводы. Можно предположить, что временная перспектива личности, ее временные и смысло-жизненные ориентации взаимосвязаны с процессами прокрастинации и могут рассматриваться как ее негативные, но и позитивные последствия, что соотносится с результатами последних исследований прокрастинации в профессиональной деятельности [1]. Полученные результаты позволяют наметить некоторые перспективы дальнейшего исследования содержания и последствий прокрастинации в различных видах деятельности. В целом результаты проведенного исследования подтвердили выдвинутые гипотезы. Полученные данные могут быть использованы как в исследовательских, так и прикладных целях.

Источники и литература

- 1) Барабанщикова, В.В. Перспективы исследования феномена прокрастинации в профессиональной деятельности / В.В. Барабанщикова, Г.И. Марусанова // Национальный психологический журнал. – 2015. – № 4. – С. 130–140.
- 2) Сырцова, А., Соколова, Е. Т., Митина, О. В. (2008). Адаптация опросника временной перспективы личности Ф. Зимбардо. Психологический журнал, 29(3), 101-109.
- 3) Юдеева, Т. Ю. Апробация опросника студенческой прокрастинации С. Lay / Т. Ю. Юдеева, Н. Г. Гараян, Д. Н. Жукова // Психологическая диагностика: науч.-метод. и практ. журн. – 2011 – № 2. – С. 84–94.
- 4) Леонтьев Д.А. Тест смысло-жизненных ориентации (СЖО). 2-е изд. – М.: Смысл, 2000. – 18 с.