



УДК 159.9

## РОЗРОБКА ТА АПРОБАЦІЯ МЕТОДИКИ ДІАГНОСТИКИ ОСОБИСТІСНОГО КОНСТРУКТУ ПРОКРАСТИНАЦІЇ

Журавльова О.В., к. психол. н.,  
старший викладач кафедри загальної та соціальної психології й соціології  
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

Журавльов О.А., к. біол. н.,  
доцент кафедри фізіології людини і тварин  
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

У статті обґрунтовано актуальність вивчення особливостей прояву прокрастинації в особистості. Описано процедуру розроблення авторського опитувальника, спрямованого на діагностику вказаного феномена. За допомогою експлораторного факторного аналізу встановлено структуру методики, яка на наступних етапах дослідження пройшла успішну перевірку за психометричними характеристиками.

**Ключові слова:** прокрастинація, факторний аналіз, дискримінативність, надійність, внутрішня узгодженість тесту.

В статтю обоснована актуальність изучения особенностей проявления прокрастинации личности. Описана процедура разработки авторского опросника, направленного на диагностику указанного феномена. С помощью эксплораторного факторного анализа установлено структуру методики, которая на следующих этапах исследования прошла успешную проверку по психометрическим характеристикам.

**Ключевые слова:** прокрастинация, факторный анализ, дискриминативность, надежность, внутренняя согласованность теста.

Zhuravlova O.V., Zhuravlov O.A. DEVELOPMENT AND APPROBATION OF THE DIAGNOSTIC METHODOLOGY OF THE PERSONAL CONSTRUCTION OF PROKRASTINATION

The article substantiates the relevance of studying the peculiarities of the manifestation of procrastination in the individual. The procedure of developing an author's questionnaire aimed at diagnosing the phenomenon is described. With the help of exploratory factor analysis, the structure of the method was established, which at the next stages of the study was successfully tested on the psychometric characteristics.

**Key words:** procrastination, factor analysis, discriminatively, reliability, internal consistency of the test.

**Постановка проблеми.** У сучасних умовах стрімких процесів глобалізації та інформаційної революції запорукою досягнення успіху особистістю у різних сферах людської життєдіяльності та швидкого пристосування до мінливих умов динамічного суспільства є здатність ефективної самоорганізації, зокрема раціонального використання часу як важливого ресурсу. Водночас окреслена трансформаційність, нестабільність, і стресогенність соціальної реальності створює підґрунтя для виникнення соціально-психологічної проблеми прокрастинації, що полягає у відкладанні прийняття рішень або ж виконанні нагальних завдань, що негативно впливає на досягнення особистістю життєвих цілей і продуктивність загалом.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Згідно з результатами лонгітюдних досліджень, указаний феномен не лише широко розповсюджений у суспільстві, а й характеризується тенденцією до прояву у все більшої кількості осіб активного молодого віку [7; 9]. Як зазначають Р. Феррарі, Д. О'Каллаган, П. Стіл та ін., про-

крастинація властива 15–25% дорослого населення планети [4; 10]. Значно вищі показники прояву досліджуваної особливості демонструють студенти. Так, згідно із результатами, отриманими зарубіжними науковцями М. Кандеміром, а також А. Елісом та В. Кнаузом, інколи відкладають виконання академічних завдань схильні 80–95% студентів, при цьому 75% із них визнають себе хронічними прокрастинаторами [1; 6].

Незважаючи на тривалу історію існування вказаного явища, об'єктом систематичних психологічних досліджень воно стало лише у 80-х роках ХХ століття [5]. Попри те, що практична значущість вивчення та діагностики особливостей прокрастинації особистості є очевидною, аналіз вітчизняних досліджень указує на відсутність надійного діагностичного інструментарію.

**Постановка завдання.** Мета наукової праці полягає у розробленні методики діагностики схильності особистості до прокрастинації з подальшою оцінкою її головних психометричних властивостей.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Для досягнення встановленої мети сконструйовано опитувальник, що включив п'ятдесят запитань. Його основу склали три популярні іноземні шкали, зорієнтовані на дослідження прокрастинації: Tuckman Procrastination Scale (TPS), General Procrastination Scale (GPS), Aitken Procrastination Inventory (API).

Шкала прокрастинації, створена Б. Тукманом у 1991 році, є одновимірним діагностичним інструментарієм, спрямованим на визначення рівня здатності особистості до саморегуляції та контролю за дотриманням запланованих нею завдань [3]. Опитувальник включає 16 позицій, що оцінюються за 4-бальною шкалою (від 1 («повністю не згоден») до 4 («повністю згоден»)). Методика характеризується високим рівнем надійності:  $\alpha = 0,86$  ( $n = 50$ ) і  $\alpha = 0,90$  ( $n = 183$ ). На думку автора, прокрастинація зумовлена поєднанням відсутності віри у можливість успішного завершення завдання та схильності до приписування відповідальності за життєві невдачі зовнішнім чинникам.

Розроблений у 1989 році В. Маккоуном та Л. Джонсоном Профіль прокрастинації особистості є одновимірною шкалою з 15 пунктів, які оцінюються досліджуваними у межах 5 балів (від 1 («абсолютно не погоджуюсь») до 5 («абсолютно погоджуюсь»)). Внутрішня узгодженість відповідно до даних, отриманих науковцями, склала  $\alpha = 0,79$ , а надійність, визначена за допомогою методу «тест-ретест», виявляється у показнику  $\alpha = 0,71$  [2]. На думку вчених, високі показники мають пряму кореляцію з неефективним управлінням часу, а також обернений взаємозв'язок з імпульсивністю.

У 1982 році з метою диференціації студентів за рівнем прокрастинації була розроблена методика М. Ейткін. Указаний діагностичний інструментарій складається з 19 пунктів, що оцінюються респондентами за 5-бальною шкалою Лайкерта (від 1 («неправда») до 5 («правда»)). Відповідно до даних ученої, методика характеризується високим рівнем надійності  $\alpha = 0,82$ . Прокрастинація, з точки зору М. Ейткін, найчастіше зумовлюється страхом перед невдачею або необхідністю виконувати неприємне для особистості завдання [8].

Сплановане дослідження включило кілька послідовних етапів:

1) підготовку первинного варіанту опитувальника шляхом застосування методу зворотного перекладу. Редагування та оцінка його концептуальної еквівалентності здійснювались психологами та філо-

логами, які мають досвід роботи з особистісними опитувальниками;

2) експлораторний факторний аналіз із метою визначення кількості вимірів моделі, якій відповідає методика, і кількості шкал, які має містити створений діагностичний інструментарій;

3) аналіз психометричних характеристик опитувальника.

Статистичне оброблення отриманих результатів здійснювалось за допомогою програмного забезпечення SPSS 22.0, Microsoft Excel 2016. Для кінцевих висновків використовувались лише значущі показники.

У дослідженні взяло участь 136 осіб (93 жінки та 43 чоловіки) віком від 18 до 37 років.

Запропонована методика включила 50 тверджень, кожне з яких оцінювалось респондентами за 4-бальною шкалою Лайкерта: від 1 («повністю не згодний») до 4 («повністю згодний»).

Отримані під час дослідження результати варіювались у діапазоні від 67 до 151 бала. Відповідність розподілу сумарних балів нормальному типу підтверджено значенням критерію Шапіро-Вілка ( $W = 0,932$ ,  $p = 0,407$ ). На розподіл балів за законом Гауса вказують і розраховані коефіцієнти асиметрії та ексцесу, оскільки вони не перевищують критичних значень ( $A$  факт =  $0,49 < 0,62$  ( $p = 0,01$ );  $E$  факт =  $0,22 < 0,85$  ( $p = 0,05$ )). Зважаючи на це, для подальших статистичних розрахунків доцільно використати параметричні методи.

Першим кроком аналізу психометричних характеристик опитувальника стало використання експлораторного факторного аналізу (далі – ЕФА) методом головних компонентів із використанням Varimax-ротації. Про придатність кореляційної матриці для застосування цього методу свідчить отриманий показник за критерієм Кайзера-Майера-Олкіна (КМО –  $0,720$ ).

На першому етапі ЕФА виокремлено 6 факторів, що охоплюють 75,2% загальної дисперсії. Після відсіювання пунктів із низькими факторними навантаженнями до опитувальника включено 29 тверджень. У результаті повторної факторизації вказаних параметрів за критерієм Кайзера встановлено, що лише частки перших трьох компонентів (27,6%, 27,1%, 18,6%) є вагомими у загальній дисперсії і складають разом 73,3%. Цей висновок підтверджено і на основі критерію «кам'янистого осипу» Р. Кеттелла [11].

Факторну структуру методики діагностики конструкту прокрастинації представлено у таблиці 1.



Таблиця 1  
**Факторна структура методики  
діагностики конструктора прокрастинації**

№ твердження	Компонента		
	1	2	3
21	868		
41	829		
34	829		
66	812		
52	810		
33	809		
37	798		
28	752		
32	726		
51	723		
31	689		
39	645		
26		908	
48		859	
63		842	
59		837	
69		822	
55		820	
56		820	
65		805	
67		744	
58		721	
30			932
62			842
60			842
43			825
29			812
57			774
54			772

Примітка: Метод виділення: аналіз методом головних компонентів.

Метод обертання: Варімакс із нормалізацією Кайзера.

Таким чином, перший фактор утворили твердження:

- 1) я оплачую свої рахунки вчасно;
- 2) я часто спізнююся на вечірки та зустрічі;
- 3) коли мені доводиться бути десь у певний час, мої друзі впевнені, що я спізнююся;
- 4) завжди, коли я маю план дій, я слідую йому;
- 5) за день до важливої зустрічі я пересвідчуюсь у тому, що одяг, який я хочу одягнути, знаходиться в належному стані;
- 6) я виконую роботу вчасно, роблячи її поступово, щодня;

7) я завжди турбуюся про те, щоб повернути книжки в бібліотеку вчасно;

8) я виконую важливі завдання заздалегідь;

9) я пунктуальніший/ша за більшість людей, яких я знаю;

10) я приходжу на зустріч у коледж заздалегідь;

11) я записуюсь на прийом до лікаря, коли впевнений, що не спізнююся;

12) я виконую щоденне технічне обслуговування особистих речей (наприклад: заміна мастила автомобіля) настільки часто, наскільки вимагається.

Отже, зміст представлених пунктів містить індикатори, що відображають схильність особистості виявляти пунктуальність, тобто дисциплінованість, неухильне дотримання певних правил у різних сферах життя та типах активності.

Другий фактор склали твердження, спрямовані на діагностику рівня усвідомлення респондентом власної прокрастинації, детермінованого її проявом дискомфорту та нездатності протистояти ірраціональному зволіканню. Серед них:

1) я даю собі обіцянку зробити щось, але потім забираю свої слова назад;

2) я продовжую відкладати удосконалення навичок у роботі;

3) навіть якщо я зненавиджу себе за те, що не розпочну роботу, це не спонукатиме мене до дій;

4) я не можу взятися за роботу, навіть якщо я знаю те, наскільки важливо її почати;

5) якщо б хтось проводив курси про те, як робити все вчасно, я б відвідав їх;

6) я без докорів сумління відкладаю завершення роботи, знаючи, що вона є важливою;

7) я відкладаю прийняття складних рішень;

8) незважаючи на те, що у мене незабаром заплановано тест, я часто ловлю себе на тому, що займаюсь іншими справами;

9) я відтерміную роботу, яка мені не подобається;

10) я завжди знаходжу виправдання, щоб не виконувати роботу.

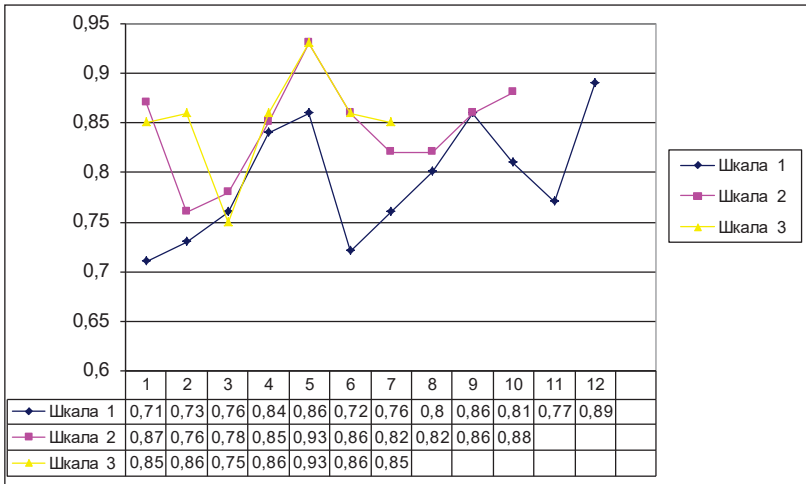
Третій компонент відповідно до результатів аналізу представлений такими пунктами:

1) я відтягую початок роботи настільки довго, наскільки це можливо, тому не виконую її вчасно;

2) я чекаю до останньої хвилини, навіть якщо у мене є встановлені терміни виконання роботи;

3) я невірний марнотрат часу;

4) я марно витрачаю час, але нічого не можу з цим вдіяти;



**Рис. 1. Показники дискримінативності завдань методики**

- 5) мені завжди не вистачає часу;
- 6) я переоцінюю обсяг роботи, який я можу зробити за певний час;
- 7) кінцеві терміни – це не моя сильна сторона.

Тобто представлені твердження сконцентровані навколо організації часу та систематичності праці. Вони діагностують труднощі з починанням чи завершенням завдань, умінням планувати діяльність, організацією власної активності з метою оптимального використання часу.

Таким чином, розроблений у результаті факторного аналізу опитувальник дає змогу як оцінити загальний рівень прояву прокрастинації у досліджуваних, так і створити індивідуальні профілі зволікання на основі трьох шкал: 1) пунктуальності (П), 2) усвідомлення прокрастинації (УП), 3) організації часу та систематичності праці (ОС).

Наступним кроком розроблення методики є перевірка її психометричних характеристик [12]. Дискримінативність пунктів тесту розрахована за допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона (див. рис. 1).

Слід зауважити, що за всіма пунктами були отримані високі значення. Тому це дає змогу стверджувати, що кожне із запропонованих тверджень спрямоване на вимірювання того ж параметру особистості, який оцінюється шкалою загалом, а також є придатним для диференціації досліджуваних із високими та низькими показниками за діагностованою ознакою.

Для аналізу здатності шкал та опитувальника розрізняти респондентів щодо мінімального та максимального значень використано показник дельта Фергюсона (див. табл. 2), що був обрахований за такою формулою:

$$\delta = \frac{(n+1) \left( N^2 - \sum_{i=1}^N F_i^2 \right)}{nN^2}$$

де N – кількість досліджуваних;  
 n – кількість завдань методики;  
 F<sub>i</sub> – частота кожного показника.

Оскільки показник дельта Фергюсона набуває максимального значення за рівномірного (прямокутного) розподілу (d = 1), то можемо зробити висновки щодо високого рівня дискримінативності методики.

На наступному етапі вивчення психометричних характеристик методики було перевірено стабільність діагностованих ознак за допомогою методу «тест-ретест». Проміжок між пред'явленням досліджуваним стимульного матеріалу склав чотири тижні.

**Таблиця 2**  
**Показник дельта Фергюсона за шкалами**

	Загальний показник	Шкала 1	Шкала 2	Шкала 3
Дельта Фергюсона	0,98	0,96	0,96	0,89

Із метою визначення рівня надійності шкал опитувальника за критерієм внутрішньої стійкості застосовувався коефіцієнт кореляції між балами, отриманими в результаті першого та повторного тестування за кожним із тверджень.

У результаті було підтверджено наявність статистично значущої позитивної кореляції між показниками, отриманими після двох етапів діагностики за всіма шкалами, а також загальним показником методики. Результати кореляційного аналізу представлено у таблиці 3.

**Таблиця 3**  
**Коефіцієнти ретестової надійності за шкалами опитувальника**

	Загальний показник	Шкала 1	Шкала 2	Шкала 3
Коефіцієнт кореляції	0,94	0,82	0,88	0,82

Отримані коефіцієнти ретестової надійності за шкалами не є нижчими за 0,80, що свідчить про стійкість результатів за умов





повторного вимірювання досліджуваного параметру. Тому процедура тестування відповідає існуючим психометричним вимогам і не потребує додаткової стандартизації.

Із метою аналізу внутрішньої узгодженості методики реалізовано статистичну перевірку діагностичної придатності кожного з її пунктів за допомогою:

– методу розщеплення матриці за парними та непарними номерами завдань із подальшим розрахунком лінійної кореляції ( $r_{1/2}$ ) між двома сукупностями сумарних балів;

– показника Рюлона ( $\rho_{\text{Рюл}}$ ).

Результати представлено у таблиці 4.

Таблиця 4

**Показники надійності опитувальника за критерієм внутрішньої узгодженості**

Показники надійності	
$r_{1/2}$	Рюлона ( $\rho_{\text{Рюл}}$ )
0,95	0,94

Отримані показники є високими, тому вони засвідчують гомогенність тесту, завдання шкал достатньо однорідні, що підтверджує його задовільну надійність.

**Висновки з проведеного дослідження.** Розроблений опитувальник, зорієнтований на діагностику схильності особистості до прокрастинації, успішно пройшов перевірку за низкою психометричних характеристик. Загальна дискримінативність створеного тесту та його шкал була підтверджена за допомогою коефіцієнта дельта Фергюсона. Аналіз надійності за методом тест-ретест не виявив суттєвих відмінностей між результатами основного та повторного тестування; величини показників  $r_{1/2}$  та Рюлона засвідчили високий рівень внутрішньої узгодженості опитувальника. Отже, здійснений статистичний аналіз свідчить про допустимість його використання для діагностики цього особистісного конструкта.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Ellis A., Knaus, W.J. *Overcoming Procrastination*. New York: New American Library. 2000.
2. Ferrari J. Procrastination and Attention: Factor Analysis of Attention Deficit, Boredomness, Intelligence, Self-Esteem, and Task Delay Frequencies. *Journal of Social Behavior & Personality*. 2012. Vol. 15. P. 185–196.
3. Ferrari J.R., Johnson J.I., McCown W.G. *Procrastination and Task Avoidance -Theory, Research and Treatment*. 1995. DOI: 10.1007/978-1-4899-0227-6.
4. Ferrari J.R., O'Callaghan J., Newbegin I. Prevalence of procrastination in the United States, United Kingdom, and Australia: Arousal and avoidance delays among adults. *North American Journal of Psychology*. 2005. Vol. 7. P. 1–6.
5. Freeman K.E., Fuenzalida E., Stoltenberg I. Extraversion and Arousal Procrastination: Waiting for the Kicks. *Current Psychology*. 2011. Vol. 30. P. 375–382. DOI: 10.1007/s12144-011-9123-0.
6. Kandemir M. Reasons of Academic Procrastination: Self-regulation, Academic Self-efficacy, Life Satisfaction and Demographics Variables. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 2014. Vol. 152. P. 188–193. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.09.179>
7. Li C. Differences in procrastination and motivation between undergraduate and graduate students. *Journal of the Scholarship of Teaching and Learning*. 2012. Vol. 12. No. 2. P. 39–64.
8. Paulitzki J.R., *Procrastination as Self-Regulatory Failure*, University of Waterloo, Ontario, Canada, 2010. P. 7.
9. Rabin L.A., Fogel J., Eskine K. Academic procrastination in college students: The role of self-reported executive function. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*. 2010. Vol. 33 (3). P. 344–57 DOI: 10.1080/13803395.2010.518597
10. Steel P. The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*. 2007. Vol. 133(1). P. 65–94
11. Наследов А.Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных: Учеб. пособ. Санкт-Петербург. Речь. 2004. 392 с.
12. Фролова О.В. Адаптація україномовної версії методики діагностики організаційної ідентичності Теоретичні і прикладні проблеми психології. 2014. № 2 (34). С. 386–393.