

УДК 159.9

ГРНТИ 15.31.31

## СТРУКТУРНЫЙ АНАЛИЗ ВЗАИМОСВЯЗИ ПРОКРАСТИНАЦИИ И РЕФЛЕКСИВНОСТИ У СТУДЕНТОВ БАКАЛАВРИАТА И МАГИСТРАТУРЫ

© 2025 г. А.В. Теплов

*Аспирант факультета психологии Ярославского государственного университета им. П.Г.  
Демидова, г. Ярославль, Россия  
e-mail: albert.teplov@yandex.ru*

Профессионализация субъекта в образовательной организации высшего образования сопряжена с рядом ситуативных и личностных сложностей. Одной из актуальных проблем социально-психологического характера является прокрастинация студентов. Несмотря на многочисленность работ по данной тематике, существует дефицит исследований, направленных на изучение взаимосвязи прокрастинации с наиболее интегрирующим процессы регуляции деятельности феноменом — рефлексией. Кроме того, подавляющее большинство эмпирических работ в данной области реализованы аналитическим способом, что затрудняет экспликацию некоторых закономерностей в отличие от структурного плана исследования. Цель исследования — выявление специфики структур рефлексии в контексте влияния рефлексивности на прокрастинацию студентов, осваивающих программы бакалавриата и магистратуры. Что особенно актуально в свете предстоящей реорганизации уровней высшего образования в России. Гипотеза исследования: структуры рефлексии студентов, находящихся на разных ступенях образования, содержат специфические особенности, влияющие на актуализацию прокрастинации. Общая выборка составила 109 человек, которая затем была разделена на две группы: студентов-бакалавров, в количестве 54 человека в возрасте от 17 до 23 лет ( $M \approx 19,4$ ;  $SD \approx 1,64$ ) и студентов-магистрантов, численностью в 55 человек, диапазон возраста — от 22 до 45 лет ( $M \approx 26,9$ ;  $SD \approx 6,83$ ). Основные результаты исследования заключаются в нахождении качественно иначе влияющих на прокрастинацию взаимосвязей общего для студентов бакалавриата и магистратуры компонента рефлексии — интроспекции, с другими составляющими частями структур рефлексии. Также выявлены дифференцированные связи рефлексии и прокрастинации для каждой из групп. Для представителей бакалавриата таким компонентом, коррелирующим с прокрастинацией, является ретроспективная рефлексия, а для студентов-магистрантов — квазирефлексия. Гипотеза частично подтверждена: различия в структурах существуют, но имеют менее выраженный характер, чем предполагалось.

*Ключевые слова:* прокрастинация, академическая прокрастинация, рефлексивность, интроспекция, квазирефлексия, ретроспективная рефлексия.

## ВВЕДЕНИЕ

Один из важнейших этапов профессионального становления субъекта — обучение в образовательной организации высшего образования (ООВО) или иных учебных заведениях профессиональной направленности (Саенко, Затеева, 2020). Престиж высшего образования в нашей стране, ранее имевший устойчивую тенденцию к снижению, в последние годы, по данным Всероссийского центра изучения общественного мнения, начал резко возрастать: молодые люди, начинающие профессиональную карьеру, считают высшее образование обязательным уровнем квалификации (ВЦИОМ, 2024).

Однако процесс обучения в ООВО с неизбежностью детерминирован личностными особенностями студентов, в том числе и препятствующими эффективному овладению профессиональными компетенциями. Наряду с прочими существенными детерминантами, значительно ингибирующими продуктивность образовательного процесса, можно назвать и прокрастинацию. В самом общем виде феномен прокрастинации большинство исследователей определяют как систематическое и иррациональное откладывание выполнения какой-либо субъективно важной задачи, что сопровождается психологическим дискомфортом и ухудшением итогового результата (Steel, König, 2006; Milgram, 1988 и др.). Прокрастинацию в сфере образования обычно принято обозначать термином «академическая прокрастинация», которая обладает идентичными общей прокрастинации характеристиками, но актуализируется в узком спектре задач — откладывании обучающимися учебных заданий.

Вследствие актуальности проблемы, а также относительной доступности участников для формирования студенческих выборок, академическая прокрастинация достаточно хорошо изучена. Существует множество работ, посвященных поиску взаимосвязей учебной прокрастинации и личностными характеристиками студентов. Например: с локусом контроля (Жукова, Шишкина, Лямагина с соавт., 2024;

Михайлова, 2021 и др.), тревожностью (Rezaei-Gazki, Ilaghi, Masoumian, 2024; Богомаз, 2022 и др.), мотивацией (Tisocco, Liporace, 2023; Adeel, Sarminah, at al., 2023; Коржова, Кормачева, 2021 и др.), самооценкой (Rahimi, Hall, 2021; Danne, Gers, Altgassen, 2023 и др.) и многими другими.

Вместе с тем, практически неисследованной областью остается вопрос о соотношении прокрастинации и рефлексивности, что несколько парадоксально, поскольку рефлексия — это важнейший интегратор психических процессов, который выполняет целостную процессуально-психологическую регуляцию деятельности и поведения (Карпов, Карпов, 2022). Парадоксальность сложившейся ситуации подчёркивают эмпирические исследования, подтверждающие высокую значимость саморегуляции как одного из факторов прокрастинации (Bashir, Nighat, Bibi, 2023; Барабанов, 2022 и др.). Те немногочисленные работы, которые посвящены поиску закономерностей в данной области, носят преимущественно аналитический характер, например (Чеврениди, 2019; Зобков, 2022). Что, в отличие от структурного плана исследования, не позволяет в полной мере эксплицировать «синергетические детерминационные воздействия» (Карпов, Сидорова, 2021, с. 22) параметров рефлексивности на актуализацию прокрастинации. В сущности, мы нашли только одну работу по заявленной тематике, совмещающую аналитический и структурный уровни исследования (Сманов, 2024).

Кроме того, в подобных исследованиях далеко не всегда учитывается неоднородность студенческой среды, и обычно выборки в эмпирических работах представляются либо в смешанном виде, либо с приоритетом какой-либо одной ступени высшего образования. Однако высшее образование в Российской Федерации включает два дифференцированных уровня обучения для студентов: бакалавриат и магистратура (либо специалитет). Студенты бакалавриата и магистратуры могут иметь значительные отличия по индивидуально- и социально-психологическим характеристикам, в том числе и рефлексивности, в силу разницы в возрасте, предыдущем опыте обучения в ООВО,

наличии профессионального стажа и других немаловажных параметров. Актуальность настоящего исследования усиливается в свете предстоящей реорганизации уровней высшего образования в России, что предполагает необходимость всестороннего и тщательного изучения как учебно-важных качеств (Карпов, 2021) студентов, так и качеств, ингибирующих образовательный процесс.

## ПРОГРАММА ИССЛЕДОВАНИЯ

*Цель исследования:* провести структурный анализ взаимосвязи прокрастинации и рефлексивности среди студентов образовательных организаций высшего образования, осваивающих программы бакалавриата и магистратуры.

*Гипотеза исследования:* структуры рефлексии студентов, находящихся на разных ступенях образования, содержат специфические особенности, влияющие на актуализацию прокрастинации.

*Выборка исследования:* в исследовании приняли участие студенты бакалавриата и магистратуры разных ООВО, курсов обучения и направлений подготовки (в основном психологических и психолого-педагогических). Общая выборка составила 109 человек, преимущественно женского пола (80,7%). Возраст участников от 17 до 45 лет. Далее выборка была разделена на две группы: студентов бакалавриата и студентов магистратуры.

Студенты бакалавриата. Количество участников 54 человека, возраст от 17 до 23 лет ( $M \approx 19,4$ ;  $SD \approx 1,64$ ), из них женский пол составляет 85,2%.

Студенты магистратуры. Количество участников 55 человек, возраст от 22 до 45 лет ( $M \approx 26,9$ ;  $SD \approx 6,83$ ), из них женский пол составляет 76,4%.

### *Методы, методики и процедура исследования.*

В исследовании были применены следующие психодиагностические методики:

1. Для измерения уровня прокрастинации был использован опросник «Шкала прокрастинации для студентов» (Lau, 1986) в адаптации (Юдеева, Гаранян, Жукова, 2011).

2. С целью определения временной направленности рефлексивности обучающихся была применена методика измерения индивидуальной меры рефлексии А.В. Карпова и В.В. Пономаревой (Карпов, 2003). Методика содержит шкалы:

а) Общая шкала рефлексивности. Измеряет уровень рефлексии. При составлении структурограмм не использовалась, т.к. демонстрирует сильные связи с другими субшкалами данной методики, что снижает наглядность схем. Однако проверка с помощью коэффициента корреляции Пирсона показала отсутствие значимых взаимосвязей между общим уровнем рефлексии и прокрастинацией;

б) ретроспективная рефлексия. Отражает склонность субъекта к анализу прошлой деятельности, прошедших событий;

в) ситуативная рефлексия. Определяет степень самоконтроля в текущей ситуации;

г) перспективная рефлексия. Соотносится с планированием будущей деятельности.

3. Для оценки рефлексивности как устойчивой личностной черты был применен опросник «Дифференциальный тип рефлексии» (Леонтьев, Осин, 2014). Методика содержит следующие шкалы:

а) системная рефлексия. Шкала показывает способность субъекта к самодетерминации и представляет наиболее адаптивный тип рефлексии, выделенный Д.А. Леонтьевым с соавторами;

б) интроспекция. Характеризует степень сосредоточенности субъекта на собственном состоянии;

в) квазирефлексия. Отражает направленность внимания индивида на объекты, не связанные с текущей деятельностью, представляет собой уход от актуальной ситуации и может рассматриваться в качестве особой формы психологической защиты.

Методики на рефлексивность для настоящей работы были подобраны как наиболее характеризующие роль рефлексивных процессов в саморегуляции и, соответственно, регуляции деятельности.

На первом этапе исследования были проведены психодиагностические процедуры с применением вышеуказанных методик посредством сервиса «Yandex Forms», с последующим разделением студентов на две группы по критерию обучения на той или иной ступени высшего образования. На втором этапе было определено частотное распределение уровней прокрастинации в выборках студентов бакалавриата и магистратуры, а также сделана проверка на возможные различия данного распределения между выборками с помощью критерия  $\varphi^*$  — углового преобразования Фишера. На третьем, основном этапе, была проведена обработка результатов с применением метода вычисления матриц интеркорреляций, т.е. взаимных корреляций всех исследуемых параметров. На основе матриц были построены коррелограммы (структурограммы) — графическое отображение полученных данных. Далее был применен метод нахождения обобщенных индексов структурной организации показателей рефлексивности и прокрастинации, а именно: индекс когерентности структуры (ИКС), индекс дивергентности структуры (ИДС), а также индекс организованности структуры (ИОС).

ИКС параметров определяется как функция числа положительных значимых связей в структуре и степени их значимости; ИДС как функция числа и значимости отрицательных связей в структуре; ИОС как функция соотношения общего количества положительных и отрицательных связей, а также их значимости. При определении индексов структурной организации учитываются связи, значимые при  $p \leq 0,05$  — таким связям приписывается «весовой» коэффициент в 1 балл, при  $p \leq 0,01$  приписывается «весовой» коэффициент 2 балла и при  $p \leq 0,001$  приписывается «весовой» коэффициент 3 балла. Полученные по всей структуре «веса» суммируются, что позволяет получить значения указанных индексов (Карпов, Сидорова, 2021; Карпов, 2018). Так как в нашем случае отрицательные связи в рассматриваемых структурах отсутствуют, был учтен только индекс организованности структуры (ИОС). Также был применен метод экспресс- $\chi^2$  для определения гомогенности или гетерогенности структур рефлексивности

студентов. Суть метода заключается в ранжировании структурных весов компонентов двух матриц с последующим нахождением значимых корреляций между ранговыми распределениями. Положительная значимая корреляция свидетельствует об однородности структур, их гомогенности. И напротив, отрицательные связи (и/или незначимые положительные коэффициенты) показывают гетерогенность структур.

На четвертом, заключительном этапе, была дана интерпретация полученным результатам и сделаны соответствующие выводы.

Для обработки данных использовались программы «Microsoft Excel 2010» и «STATISTICA 10».

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Вначале рассмотрим распределение уровней прокрастинации в каждой из выборок и сопоставим их (Табл.1, данные округлены до десятой доли числа).

Таблица 1

### Распределение уровней прокрастинации в выборках студентов бакалавриата и магистратуры

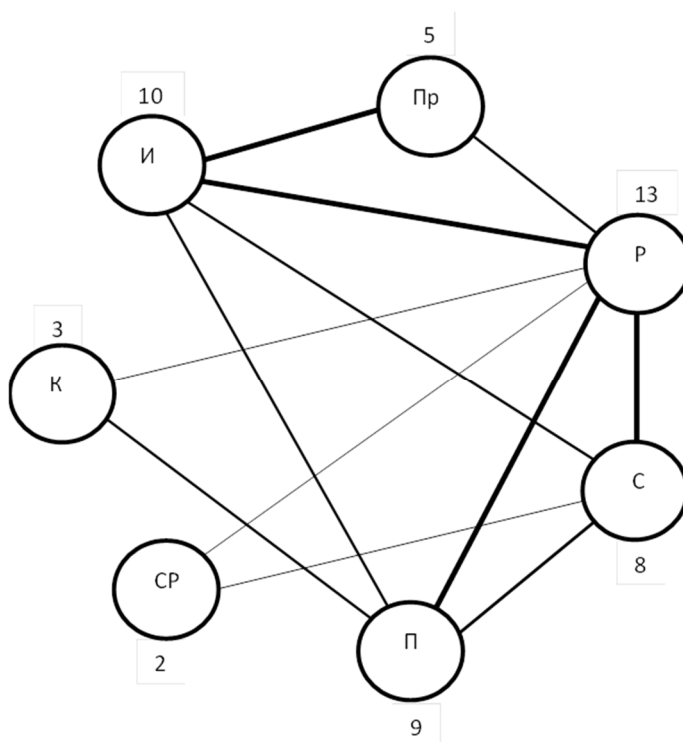
| уровень прокрастинации | бакалавриат, % | магистратура, % |
|------------------------|----------------|-----------------|
| высокий                | 29,6           | 30,9            |
| средний                | 40,7           | 41,8            |
| низкий                 | 29,6           | 27,3            |

Первое, на что можно обратить внимание, обращаясь к данным таблицы — это достаточно широкая представленность прокрастинации в студенческой среде: около трети обучающихся по программам бакалавриата и магистратуры склонны откладывать академические задания. В то же время доля студентов ООВО, имеющих низкие показатели прокрастинации, также значительна и вполне сопоставима с противоположным полюсом откладывания. Но низкие значения данной специфики личности не всегда являются оптимальными для осуществления какой-либо, в нашем случае учебной, деятельности, поскольку, по мнению некоторых исследователей (Виндекер, Останина, 2014), низкий уровень прокрастинации имеет негативную

сторону, а именно — установку субъекта «действовать не мешкая», что может проявляться в импульсивности поведения. При этом наиболее оптимальный в плане эффективности деятельности, средний уровень прокрастинации, свойственен менее чем половине студентов.

Второй важный аспект — критерий углового преобразования Фишера показал отсутствие достоверных различий при попарном сравнении всех уровней прокрастинации между выборками, что свидетельствует о стабильности проявления исследуемого феномена при выполнении студентами академических заданий на различных уровнях образования.

С целью более детального анализа рассмотрим структурограммы, построенные на основе матриц интеркорреляций, на которых представлены структуры рефлексивности и отображена их взаимосвязь с прокрастинацией у студентов (рис. 1 и рис. 2):

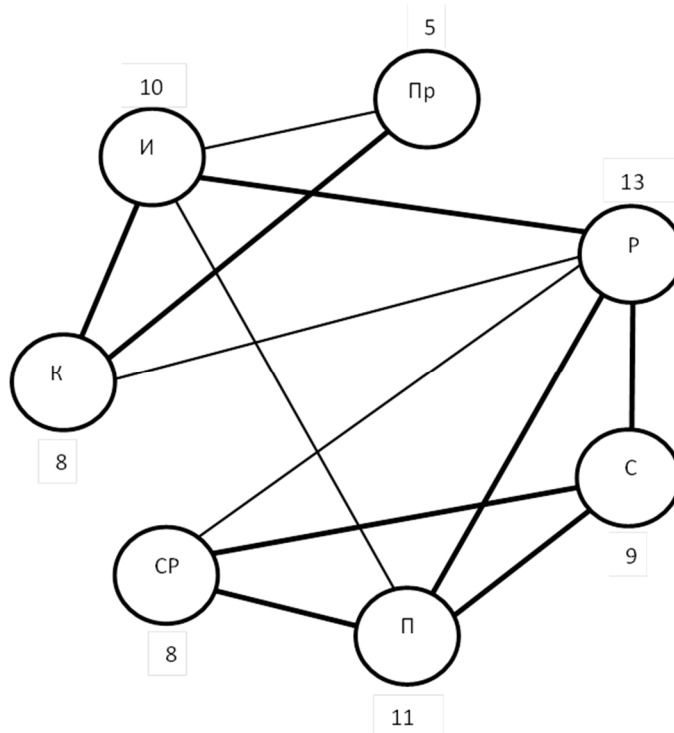


Примечание: Пр — прокрастинация; Р — ретроспективная рефлексия; С — ситуативная рефлексия; П — перспективная рефлексия; СР — системная рефлексия; К — квазирефлексия; И — интроспекция. Обозначения связи: жирной линией обозначены корреляции, значимые на уровне  $p \leq 0,001$ ; средней линией на уровне  $p \leq 0,01$ ; тонкой линией на уровне  $p \leq 0,05$ . Рядом с обозначением шкал указан их структурный вес.

*Рис. 1.* Структурограмма рефлексивности студентов бакалавриата

Как следует из структурограммы (рис. 1), прокрастинация у данной группы студентов имеет достоверные взаимосвязи с интроспекцией при  $p \leq 0,001$  и ретроспективной рефлексией при  $p \leq 0,01$ .

У магистрантов взаимосвязи рефлексивности и прокрастинации имеют несколько иной характер (рис 2). Сохраняется связь с интроспекцией, но на меньшем уровне значимости, при  $p \leq 0,01$ . Также отсутствует связь с ретроспективной рефлексией, но обнаружена корреляция с квазирефлексией при  $p \leq 0,001$ .



Примечание: Условные обозначения и обозначения связей те же, что и на рис. 1.

Рис. 2. Структурограмма рефлексивности студентов магистратуры

Для определения общей интеграции компонентов представленных структур, выраженной в числовом значении, был использован метод нахождения обобщённых структурных индексов, подробно описанный в пункте «Методы, методики и процедура исследования». Однако в полученных структурограммах отсутствуют отрицательные связи. Это означает, что индекс дивергентности, который указывает меру дифференцированности параметров структуры, равен нулю. Соответственно, индекс когерентности структуры (ИКС), отражающий степень интеграции параметров в единую

целостность, и индекс организации структуры (ИОС), показывающий преобладание динамики синтеза параметров над их дезинтеграцией, совпадают. Таким образом, индекс организованности структуры, отображенной на рис. 1 (бакалавры) равен 50 баллам, а на рис. 2 (магистранты) 64 баллам. Разница в значениях ИОС составляет 22%.

В завершение этапа обработки результатов был реализован метод  $\chi^2$ , который позволяет определить гомогенность или гетерогенность полученных матриц, а следовательно, и структурограмм. Критерий показал их статистически достоверную гомогенность (т.е. однородность) при  $p \leq 0,05$ .

## ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Анализ полученных результатов позволяет эксплицировать следующие закономерности.

Прежде всего, статистически не отличающееся частотное распределение уровней прокрастинации между выборками, идентичность либо малые различия структурных весов большинства шкал, незначительное отклонение в значениях ИОС, наличие тождественных связей, гомогенность структур, позволяют сделать предварительный вывод об отсутствии существенных качественно-количественных различий в рефлексивных причинах актуализации прокрастинации двух групп студентов.

Однако данный анализ, несмотря на значимость выявленных параметров, не полностью раскрывает особенности рефлексивности студентов и их влияния на актуализацию прокрастинации, о чем свидетельствует различие связей между компонентами структур (рис. 1. и рис. 2.). Для целостной экспликации результатов исследования необходимо дать интерпретацию как общим для обеих групп характеристикам, так и специфическим, наличие которых и определяет принципиальную дифференциацию в структурах.

Как было констатировано в предыдущем пункте работы, в обеих выборках существует взаимосвязь прокрастинации с интроспекцией — непродуктивным типом рефлексии, главной характеристикой которого является сосредоточенность субъекта на

собственных переживаниях. И данная связь вполне закономерна. Как отмечено в статье (Костромина, Макарова, 2021), Ю. Куль выделяет два разнонаправленных типа саморегуляции, которые подразумевают ориентацию индивидов либо на действие, либо на состояние. Субъекты, ориентированные «на состояние» склонны к проявлению беспомощности, демонстрируют пессимизм в прогнозах относительно успешности какого-либо дела, обладают низкой мотивацией достижения, менее вовлечены в процесс деятельности и хуже справляются со сложными задачами. Интроспекция как тип рефлексии, направленный на мониторинг собственного состояния и соответствующий перечисленным характеристикам, вполне может выступать в качестве одной из рефлексивных детерминант прокрастинации, что было подробно отражено в нашей ранней работе (Теплов, 2023).

Интроспекция, в свою очередь, в обеих выборках имеет значимые корреляционные связи с ретроспективным и перспективным видами рефлексии. Это может указывать на сложности студентов, склонных к прокрастинации, в объективном анализе своего прошлого опыта и разработке реалистичных стратегий на будущее. Представленная интерпретация согласуется с концепцией дифференциальных типов рефлексии Д.А. Леонтьева. В частности, автор отмечает, что шкала интроспекции демонстрирует значимые корреляции с негативным самоотношением и низкой осмысленностью жизни (Леонтьев, Осин, 2014), что, предположительно, во многом препятствует эффективному построению учебной деятельности.

Несмотря на схожую в некоторых аспектах структуру связей интроспекции в выборках, имеет место быть и значительная дифференциация в рассматриваемой совокупности связей. Так, у магистрантов, в отличие от представителей бакалавриата, отсутствует связь интроспекции с ситуативной рефлексией. По всей видимости, причина скрывается в большей интегрированности у старших студентов системной (адаптивной) рефлексии во все временные формы рефлексии, что, в частности, подразумевает включение рационального прошлого опыта в текущую деятельность. Такая

«рефлексивная компенсация» у обучающихся по программам бакалавриата выражена менее. Проиллюстрируем сказанное: те задачи, на которых приходится концентрировать внимание бакалаврам «в моменте», например, осваивать азы написания выпускной квалификационной работы, магистранты, опираясь на содержание прошлой деятельности, могут выполнять, не прилагая столь значительных психических усилий. Иными словами, новизна действий, сопряженная с освоением сложных навыков, может вызывать у студентов-бакалавров психологический дискомфорт, что приводит к смещению фокуса внимания на собственное состояние и, как следствие, к откладыванию выполнения задачи.

Ещё одной, не менее значимой характеристикой структуры интроспекции магистрантов является ее корреляция с другим непродуктивным типом рефлексии — квазирефлексией. В этой связи можно выделить два аспекта. Во-первых, поскольку интроспекция представляет собой уход в свои мысли и эмоции, а квазирефлексия подразумевает погружение субъекта в абстрактные размышления, то, полагаем, их совокупное взаимодействие усиливает друг друга: субъект погружается в отвлеченные размышления, которые вызваны и/или эмоционально окрашены его текущим состоянием. Во-вторых, исследования Д.А. Леонтьева показали, что при дифференцированном росте показателей непродуктивных типов рефлексии, наблюдается возрастание тревожности, фрустрации, ригидности, агрессивности и мотивации к избеганию неудач (Леонтьев, Осин, 2014). В этом случае синтез интроспекции и квазирефлексии также может усиливать негативное влияние на эффективность учебной деятельности.

На основании вышесказанного сделаем промежуточный вывод. Сам факт наличия связи прокрастинации с интроспекцией в обеих выборках можно считать в некотором роде «количественным» признаком — если рассматривать интроспекцию изолированно, как парциальный компонент представленных структур. При более детальном анализе интроспекции вместе с ее совокупными связями как целостной подструктуры становится

очевидным, что интроспекция, сохраняя характерные взаимосвязи для каждой из групп, имеет и дифференцированные связи, которые качественно отличающимся образом ингибируют процесс обучения студентов двух уровней высшего образования. Кроме того, интроспекция, взаимодействуя с некоторыми компонентами рефлексии, может усиливать их влияние на продуктивность деятельности.

Помимо общего компонента — интроспекции, структуры рефлексии содержат и дифференциальные составляющие, которые также актуализируют прокрастинацию у студентов. Для студентов-бакалавров таким компонентом является ретроспективная рефлексия, а для магистрантов — квазирефлексия. В целом, характеристики данных компонентов структур были достаточно подробно описаны в предыдущей части изложения работы, поэтому ограничимся кратким дополнением недостающих элементов интерпретации.

Потенциал ретроспективной рефлексии как процесса анализа выполненной в прошлом деятельности (Карпов, 2003), не всегда может быть продуктивно и полностью реализован бакалаврами в ходе профессионализации в ООВО. Это особенно актуально для студентов младших курсов, чей основной опыт учебной деятельности базируется на прохождении программ общеобразовательных организаций (школ). Более того, если студент бакалавриата склонен преимущественно опираться на содержание прошлых действий, без существенных поправок к меняющимся условиям (т.е. проявляет ригидность), то это практически всегда вызывает сложности с обучением, о чем свидетельствуют многочисленные программы по адаптации студентов к высшим учебным заведениям. В число таких сложностей входит и прокрастинация (Шак, 2023). У магистрантов иная ситуация — у них есть целостный опыт прохождения программ бакалавриата, и, как указывалось ранее, он вполне успешно может быть применен на новой ступени образования.

Вместе с тем, как показали результаты исследования, квазирефлексия у студентов бакалавриата, в сравнении с представителями магистратуры, не оказывает воздействия на

склонность к прокрастинации. Возможно, что в размышлениях «...о прошлом, будущем, о том, что было бы, если бы...» (Леонтьев, Осин, 2014, с. 114) у младших студентов, в силу их социальных и психологических особенностей, содержится какая-либо продуктивная составляющая, например, креативность (Попова, Кильдишова, 2023; Шаяхметова, Чернов, 2019). В отличие от студентов-магистрантов, чья учебно-профессиональная траектория, с учетом высокой социальной нагрузки, требует более рационального подхода к образовательному процессу.

## ВЫВОДЫ

1. Сравнительный анализ ряда параметров, таких как: распределение уровней прокрастинации, гомогенность/гетерогенность структур рефлексии, показателей индексов организации системы и структурные веса некоторых шкал, позволяет сделать вывод о сходстве структур рефлексии и, следовательно, похожем влиянии рефлексивности на динамику прокрастинации студентов двух ступеней высшего образования;

2. Основным и общим для обеих групп ингибитором учебной эффективности является непродуктивный тип рефлексии — интроспекция, который играет ключевую роль в актуализации прокрастинации студентов;

3. Интроспекция, в свою очередь, взаимосвязана как с характерными для обеих выборок компонентами — ретроспективным и перспективным видами рефлексии, так и специфическими для каждой из групп: у представителей бакалавриата выявлена связь с ситуативной рефлексией, у магистрантов с квазирефлексией. На основании данных различий можно сделать предположение о качественно отличающемся воздействии интроспекции на актуализацию прокрастинации у студентов разных уровней образования;

4. Основная дифференциация в предложенных к рассмотрению структурах состоит в наличии корреляции ретроспективной рефлексии и прокрастинации у

студентов-бакалавров, в то время как у магистрантов данная взаимосвязь отсутствует, но выявлена корреляция квазирефлексии с прокрастинацией.

5. Гипотеза подтверждена частично. Структуры рефлексии студентов, обучающихся по программам бакалавриата и магистратуры, действительно содержат определенные различия, но не носят ярко выраженного характера.

Результаты настоящего исследования могут быть применены в работе психологических служб ООВО при составлении программ по адаптации студентов к обучению в высших учебных заведениях, программ тренингов, индивидуальном психологическом консультировании.

## ЛИТЕРАТУРА

- Барабанов Д.Д.* Взаимосвязь волевой регуляции и прокрастинации у студентов // Экспериментальная психология. 2022. Т. 15, № 4. С. 112-122. DOI:10.17759/exppsy.2022150407
- Богомаз С.Л., Циркунова Н.И., Гущина Е.А.* Психологические особенности студентов, склонных к прокрастинации // Право. Экономика. Психология. 2022. № 3(27). С. 89-95.
- Виндекер О.С., Останина М.В.* Формальный и содержательный анализ шкалы общей прокрастинации С. Н. Lay (на примере студенческой выборки) // Актуальные проблемы психологического знания. 2014. № 1(30). С. 116-126.
- ВЦИОМ. Новости: Обучение длиною в жизнь [электронный ресурс] // URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/obuchenie-dlinoju-v-zhizn-1> (дата обращения 28.12.24).
- Жукова М.В., Шишкина К.И., Лямагина А.Н., Фролова Е.В., Волчегорская Е.Ю.* Локус контроля как предиктор прокрастинации у трудоустроенных и неработающих студентов педагогического вуза // Science for Education Today. 2024. Т. 14, № 3. С. 135-152. DOI:10.15293/2658-6762.2403.07
- Зобков А.В.* Рефлексивность как условие прокрастинации // Человеческий фактор: Социальный психолог. 2022. № 2(44). С. 61-65.
- Карпов А.А.* Возрастная динамика структурной организации метакогнитивной сферы личности // Российский психологический журнал. 2018. Т. 15, № 2. С. 108-132. DOI:10.21702/rpj.2018.2.5

- Карпов А.В.* Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики // Психологический журнал. 2003. Т. 24, №5. С. 45-58.
- Карпов А.В.* Структура и сущность субъективной реальности : в 2 томах. Т. 1. Ярославль: Общество с ограниченной ответственностью "Филигрань", 2021. 627 с.
- Карпов А.В., Карпов А.А.* Структура метакогнитивной регуляции информационной деятельности. Ярославль: Общество с ограниченной ответственностью "Филигрань", 2022. 816 с.
- Карпов А.В., Сидорова Н.В.* Специфика взаимосвязи эмоционального интеллекта и стилевых особенностей управленческих решений // Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. 2021. № 3(56). С. 19-31. DOI:10.26456/vtspyped/2021.3.019
- Коржова Е.Ю., Кормачева И.Н.* Роль прокрастинации в структуре учебной активности: системный подход // Системная психология и социология. 2021. № 2(38). С. 56-64. DOI:10.25688/2223-6872.2021.38.2.05
- Костромина С.Н., Макарова М.В.* Гиперрефлексия как способ взаимодействия с миром: роль, процесс, проявления // Петербургский психологический журнал. 2021. № 36. С. 106-133.
- Леонтьев Д.А., Осин Е.Н.* Рефлексия «хорошая» и «дурная»: от объяснительной модели к дифференциальной диагностике // Психология, Журнал Высшей Школы Экономики. 2014. Т. 11. №4. С. 110-135.
- Михайлова И.В., Жаркова Ю.П.* Особенности самоактуализации и локуса контроля у студентов с разным уровнем прокрастинации // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2021. № 3. С. 24-38. DOI:10.18384/2310-7235-2021-3-24-38
- Попова Т.А., Кильдишова А.С.* Идеографические и номотетические методы исследования типа рефлексии и уровня креативности в подростковом возрасте. Практика применения арт-логотерапии // Познание и переживание. 2023. Т. 4. № 3. С. 70-91. DOI:10.51217/cogexp\_2023\_04\_03\_06
- Саенко Л.А., Затева Т.Г.* Особенности профессионального становления студентов в вузе // Мир науки, культуры, образования. 2020. № 4(83). С. 271-272. DOI:10.24411/1991-5497-2020-00757
- Сманов Д.А.* Когнитивные маркеры и предикторы прокрастинации: дис. ... канд. психол. наук. Челябинск, 2024. 188 с.
- Теплов А.В.* Рефлексивные детерминанты академической прокрастинации // Научный поиск: сборник научных работ студентов, аспирантов и преподавателей. Ярославль: Общество с ограниченной ответственностью "Филигрань", 2023. С. 182-186.

- Чеврениди А.А.* Взаимосвязь временной перспективы и прокрастинации у сотрудников разного должностного статуса: дис. ... канд. психол. наук. М., 2019. 196 с.
- Шак А.А.* Связь академической прокрастинации с адаптивными возможностями студентов вуза // Научно-методический электронный журнал "Концепт". 2023. № 12. С. 295-302. DOI:10.24412/2304-120X-2023-12019
- Шаяхметова Л.А., Чернов А.В.* Влияние рефлексии на познавательные состояния студентов при решении творческих задач // Ученые записки Казанского университета. Серия: Гуманитарные науки. 2019. Т. 161. № 5-6. С. 210-225. DOI:10.26907/2541-7738.2019.5-6.210-225
- Юдеева Т.Ю., Гаранян Н.Г., Жукова Д.Н.* Апробация опросника студенческой прокрастинации С. Lay // Психологическая диагностика: Научно-методический и практический журнал. 2011. №2. С. 84-94.
- Adeel A., Sarminah S., Jie L., Kee D., Qasim D.Y., Alghafes R.A.* When procrastination pays off: Role of knowledge sharing ability, autonomous motivation, and task involvement for employee creativity // Heliyon. 2023. DOI: 10.1016/j.heliyon.2023.e19398
- Bashir M., Nighat Y., Bibi H.* Procrastination: Association with Mindfulness and Self-Regulation // Al-Mahdi Research Journal (MRJ). 2023. Vol. 5. Issue 2. P. 20-43. DOI:10.1007/s10212-015-0266-5
- Danne V., Gers B., Altgassen M.* Is the Association of Procrastination and Age Mediated by Fear of Failure? // Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy. 2023. P. 183-192. DOI:10.1007/s10942-023-00527-w
- Lay C.H.* At last, my research article on procrastination // Journal of Research in Personality. 1986. Vol. 20, № 4. P. 474-495.
- Milgram N.* Procrastination in daily living // Psychological Reports. 1988. Vol. 63. P. 752-754.
- Rahimi S., Hall N.C.* Why are you waiting? Procrastination on academic tasks among undergraduate and graduate students // Innovation High Education. 2021. 46, P. 759-776. DOI:10.1007/s10755-021-09563-9
- Rezaei-Gazki P., Ilaghi M., Masoumian N.* The triangle of anxiety, perfectionism, and academic procrastination: exploring the correlates in medical and dental students // BMC Medical Education. 2024. V. 24(1). № 181. P 2-7. DOI:10.1186/s12909-024-05145-3
- Steel P., König C.J.* Integrating Theories of Motivation. // Academy of Management Review. 2006. P. 889-913. DOI:10.5465/AMR.2006.22527462.

*Tisocco F., Liporace M.* Structural relationships between procrastination, academic motivation, and academic achievement within university students: A Self-determination theory approach // Innovation High Education. 2023. P. 351-369. DOI:10.1007/s10755-022-09622-9

Статья поступила в редакцию: 18.03.2025. Статья опубликована: 12.06.2025.

## STRUCTURAL ANALYSIS OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PROCRASTINATION AND REFLEXIVITY IN UNDERGRADUATE AND GRADUATE STUDENTS

© 2025 Albert V. Teplov

*Postgraduate student at the Faculty of Psychology of Yaroslavl State University named  
after P.G. Demidov, Yaroslavl, Russia  
e-mail: albert.teplov@yandex.ru*

Professionalization of a subject in an educational organization of higher education is associated with a number of situational and personal difficulties. One of the urgent problems of a socio-psychological nature is the procrastination of students. Despite the numerous works on this topic, there is a shortage of research aimed at studying the relationship between procrastination and the phenomenon that most integrates the processes of activity regulation — reflection. In addition, the vast majority of empirical work in this field is implemented analytically, which makes it difficult to explain some patterns in contrast to the structural research plan. The purpose of the study is to identify the specifics of reflection structures in the context of the influence of reflexivity on procrastination of students studying bachelor's and master's degree programs. This is especially important in the light of the upcoming reorganization of higher education levels in Russia. Research hypothesis: the reflection structures of students at different

levels of education contain specific features that affect the actualization of procrastination. The total sample consisted of 109 people, which was then divided into two groups: bachelor's students, 54 people aged 17 to 23 years ( $M \approx 19.4$ ;  $SD \approx 1.64$ ) and master's students, 55 people, age range — from 22 to 45 years ( $M \approx 26.9$ ;  $SD \approx 6.83$ ). The main results of the study are to find different relationships between the reflection component, introspection, which is common to undergraduate and graduate students, and other components of reflection structures, which means it has a different effect on procrastination. Differentiated connections of reflection and procrastination for each of the groups are also revealed. For undergraduates, such a component correlating with procrastination is retrospective reflection, and for undergraduates, quasi—reflection. The hypothesis is partially confirmed: differences in structures exist, but are less pronounced than expected.

*Key words:* procrastination, academic procrastination, reflexivity, introspection, quasi-reflection, retrospective reflection.

## REFERENCES

- Barabanov, D.D. (2022). Vzaimosvyaz' volevoj regulyacii i prokrastinacii u studentov [The relationship between volitional regulation and procrastination in students]. *Ekspperimental'naya Psihologiya. [Experimental Psychology]*. 15, 4. 112-122. (in Russian). DOI:10.17759/exppsy.2022150407
- Bogomaz, S.L., Cirkunova, N.I., & Gushchina, E.A. (2022). Psihologicheskie osobennosti studentov, sklonnyh k prokrastinacii [Psychological characteristics of students prone to procrastination] *Pravo. Ekonomika. Psihologiya. [Law. Economy. Psychology.]*. 3(27). 89-95. (in Russian).
- Vindeker, O.S. & Ostanina, M.V. (2014). Formal'nyj i sodержatel'nyj analiz shkaly obshchej prokrastinacii C. H. Lay (na primere studencheskoj vyborki) [Formal and meaningful analysis C. H. Lay's scale of general procrastination (using the example of a student sample)]. *Aktual'nye Problemy Psihologicheskogo Znaniya. [Actual Problems of Psychological Knowledge]*. 1(30). 116-126. (in Russian).
- VCIOM. Novosti: Obuchenie dlinoyu v zhizn' [News: Lifelong Learning]. [electronic resource]. URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/obuchenie-dlinoju-v-zhizn-1> [date of application: 12.28.24]. (in Russian).
- Zhukova, M.V., SHishkina, K.I., Lyamagina, A.N., Frolova, E.V. & Volchegorskaya E.Yu. (2024). Lokus kontrolya kak prediktor prokrastinacii u trudoustroennyh i nerabotayushchih studentov pedagogicheskogo vuza [Locus of control as a predictor of procrastination in employed and unemployed students of a pedagogical university]. *Science for Education Today*. 14, 3. 135-152. (in Russian). DOI:10.15293/2658-6762.2403.07

- Zobkov, A.V. (2022). Refleksivnost' kak uslovie prokrastinacii [Reflexivity as a condition of procrastination]. *Chelovecheskij Faktor: Social'nyj Psiholog. [The Human Factor: A Social Psychologist]*. 2(44). 61-65. (in Russian).
- Karpov, A.A. (2018). Vozrastnaya dinamika strukturnoj organizacii metakognitivnoj sfery lichnosti [Age dynamics of the structural organization of the metacognitive sphere of personality]. *Rossijskij Psihologicheskij Zhurnal. [Russian Psychological Journal]*. 15, 2. 108-132. (in Russian). DOI:10.21702/rpj.2018.2.5
- Karpov, A.V. (2003). Refleksivnost' kak psicheskoe svojstvo i metodika ee diagnostiki [Reflexivity as a mental property and the method of its diagnosis]. *Psihologicheskij zhurnal [Psychological Journal]*. 24, 5. 45-58. (in Russian).
- Karpov, A.V. (2021). Struktura i Sushchnost' Sub"ektivnoj Real'nosti [The Structure and Essence of Subjective Reality]. Vol. 1. Yaroslavl: Filigran Limited Liability Company Publ. (in Russian).
- Karpov, A.V. & Karpov, A.A. (2022). *Struktura Metakognitivnoj Regulyacii Informacionnoj Deyatel'nosti [The Structure of Metacognitive Regulation of Information Activity]*. Yaroslavl: Filigran Limited Liability Company Publ. (in Russian).
- Karpov, A.V. & Sidorova, N.V. (2021). Specifika vzaimosvyazi emocional'nogo intellekta i stilevyh osobennostej upravlencheskih reshenij [The specifics of the relationship between emotional intelligence and stylistic features of management decisions]. *Vestnik Tverskogo Gosudarstvennogo Universiteta. Seriya: Pedagogika i Psihologiya. [Tver State University Bulletin. Series: Pedagogy and Psychology]*. 3(56). 19-31. (in Russian). DOI:10.26456/vtspsyed/2021.3.019
- Korzhova, E.Yu. & Kormacheva, I.N. (2021). Rol' prokrastinacii v strukture uchebnoj aktivnosti: sistemnyj podhod [The role of procrastination in the structure of learning activity: A systematic approach]. *Sistemnaya Psihologiya i Sociologiya. [Systems Psychology and Sociology]*. 2(38). 56-64. (in Russian) DOI: 10.25688/2223-6872.2021.38.2.05
- Kostromina, S.N. & Makarova, M.V. (2021). Giperrefleksiya kak sposob vzaimodejstviya s mirom: rol', process, proyavleniya [Hyperreflexia as a way of interacting with the world: role, process, manifestations]. *Peterburgskij Psihologicheskij Zhurnal [St. Petersburg Psychological Journal]*. 36. 106-133. (in Russian).
- Leont'ev, D.A., & Osin, E.N. (2014). Refleksiya «horoshaya» i «durnaya»: ot ob"yasnitel'noj modeli k differencial'noj diagnostike [Reflection on "good" and "Bad": from an Explanatory Model to differential Diagnosis]. *Psihologiya, Zhurnal Vysshej Shkoly Ekonomiki. [Psychology, Journal of the Higher School of Economics]*. 11. 4. 110-135. (in Russian).

- Mihajlova, I.V. & Zharkova, Yu.P. (2021). Osobennosti samoaktualizacii i lokusa kontrolya u studentov s raznym urovnem prokrastinacii [Features of self-actualization and locus of control among students with different levels of procrastination]. *Vestnik Moskovskogo Gosudarstvennogo Oblastnogo Universiteta. Seriya: Psichologicheskie Nauki* [The Moscow State Regional University Bulletin. Series: Psychological Sciences]. 3. 24-38. (in Russian). DOI: 10.18384/2310-7235-2021-3-24-38
- Popova, T.A. & Kil'dishova, A.S. (2023). Ideograficheskie i nomoteticheskie metody issledovaniya tipa refleksii i urovnya kreativnosti v podrozkovom vozraste. Praktika primeneniya art-logoterapii [Ideographic and nomothetic methods of studying the type of reflection and the level of creativity in adolescence. The practice of applying art logotherapy]. *Poznanie i Perezhivanie* [Cognition and Experience.]. 4. 3. 70-91. (in Russian). DOI: 10.51217/cogexp\_2023\_04\_03\_06
- Saenko, L.A. & Zateeva, T.G. (2020). Osobennosti professional'nogo stanovleniya studentov v vuze [Features of students' professional development at the university]. *Mir Nauki, Kul'tury, Obrazovaniya* [The World of Science, Culture, and Eeducation]. 4(83). 271-272. (in Russian). DOI: 10.24411/1991-5497-2020-00757
- Smanov, D.A. (2024). Kognitivnye markery i prediktory prokrastinacii [Cognitive markers and predictors of procrastination]. *Candidate's thesis*. Chelyabinsk (in Russian).
- Teplov, A.V. (2023). Refleksivnye determinanty akademicheskoy prokrastinacii. [Reflexive Determinants of academic procrastination]. *Nauchnyj Poisk: Sbornik Nauchnyh Rabot Studentov, Aspirantov i Prepodavatelej* [Scientific Search: A Collection of Scientific Papers by Students, Postgraduates and Teachers]. Yaroslavl: Filigran Limited Liability Company. 182-186. (in Russian).
- Chevrenidi, A.A. (2019). Vzaimosvyaz' vremennoy perspektivy i prokrastinacii u sotrudnikov raznogo dolzhnostnogo statusa. [The relationship between time perspective and procrastination among employees of different job status]. *Candidate's thesis*. Moscow, (in Russian).
- Shak, A.A. (2023). Svyaz' akademicheskoy prokrastinacii s adaptivnymi vozmozhnostyami studentov vuza [The relationship of academic procrastination with the adaptive capabilities of university students]. *Nauchno-Metodicheskij Elektronnyj Zhurnal "Koncept"* [Scientific and Methodological Electronic Journal "Concept"]. 12. 295-302. (in Russian). DOI:10.24412/2304-120X-2023-12019
- Shayahmetova, L.A. & Chernov, A.V. (2019). Vliyanie refleksii na poznavatel'nye sostoyaniya studentov pri reshenii tvorcheskikh zadach [The influence of reflection on students' cognitive states when solving creative tasks]. *Uchenye Zapiski Kazanskogo Universiteta. Seriya: Gumanitarnye Nauki* [Scientific Notes of Kazan University.

*Series: Humanities*]. 161. 5-6. 210-225. (in Russian). DOI: 10.26907/2541-7738.2019.5-6.210-225

- Yudeeva, T.Yu., Garanyan, N.G. & Zhukova, D.N. (2011). Aprobaciya oprosnika studencheskoj prokrastinacii C. Lay [Testing the C. Lay Student Procrastination Questionnaire]. *Psihologicheskaya diagnostika: Nauchno-Metodicheskij i Prakticheskij Zhurnal [Psychological Diagnostics: a Scientific, Methodological and Practical Journal]*. 2. 84-94. (in Russian).
- Adeel, A, Sarminah, S, Jie L, Kee, DMH, Qasim, D. Y & Alghafes, R.A. (2023). When procrastination pays off: Role of knowledge sharing ability, autonomous motivation, and task involvement for employee creativity. *Heliyon*. 11, 9(10), Article e19398. DOI: 10.1016/j.heliyon.2023.e19398
- Bashir, M., Nighat, Y. & Bibi, H. (2023). Procrastination: Association with Mindfulness and Self-Regulation. *Al-Mahdi Research Journal (MRJ)*, 2, 20-43. DOI: 10.1007/s10212-015-0266-5
- Danne, V., Gers, B. & Altgassen, M. (2023). Is the Association of Procrastination and Age Mediated by Fear of Failure? *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 183-192. DOI: 10.1007/s10942-023-00527-w
- Lay, C.H. (1986). At last, my research article on procrastination. *Journal of Research in Personality*, 20, 4. 474-495.
- Milgram, N. (1988). Procrastination in daily living. *Psychological Reports*, 63, 752-754.
- Rahimi, S. & Hall, N.C. (2021). Why are you waiting? Procrastination on academic tasks among undergraduate and graduate students. *Innovation High Education*, 46, 759-776. DOI: 10.1007/s10755-021-09563-9
- Rezaei-Gazki, P., Ilaghi, M. & Masoumian, N. (2024). The triangle of anxiety, perfectionism, and academic procrastination: exploring the correlates in medical and dental students. *BMC Medical Education*, 24(1).181. 2-7. DOI: 10.1186/s12909-024-05145-3
- Steel, P. & König, C.J. (2006). Integrating Theories of Motivation. *Academy of Management Review*, 889-913. DOI: 10.5465/AMR.2006.22527462
- Tisocco, F. & Liporace, M. (2023). Structural relationships between procrastination, academic motivation, and academic achievement within university students: A Self-determination theory approach. *Innovation High Education*, 351-369. DOI: 10.1007/s10755-022-09622-9

The article was received: 18.03.2025. Published online: 12.06.2025.

Библиографическая ссылка на статью:

Теплов А.В. Структурный анализ взаимосвязи прокрастинации и рефлексивности у студентов бакалавриата и магистратуры // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2025. Т. 10. № 2. С. 73 - 95. DOI: 10.38098/ipran.opwp\_2025\_35\_2\_004

Теплов, А.В. (2025). Strukturnyj analiz vzaimosvjazi prokrastinacii i reflektivnosti u studentov bakalavriata i magistratury [Structural analysis of the relationship between procrastination and reflexivity in undergraduate and graduate students]. *Institut Psikhologii Rossiyskoy Akademii Nauk. Organizatsionnaya Psikhologiya i Psikhologiya Truda* [Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Organizational Psychology and Psychology of Labor], 10(2). 73 - 95. DOI: 10.38098/ipran.opwp\_2025\_35\_2\_004

Адрес статьи: <http://work-org-psychology.ru/engine/documents/document1116.pdf>