

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НАУЧНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«НАУЧНЫЙ ЦЕНТР ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ»

Зверева
Мария Вячеславовна

ШКАЛА ОЦЕНКИ
АКАДЕМИЧЕСКОЙ ПРОКРАСТИНАЦИИ PASS
(Procrastination Assessment Scale for Students
by L. Solomon & E. Rothblum)
в адаптации Зверевой М.В.

Методические рекомендации

Москва 2018

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НАУЧНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«НАУЧНЫЙ ЦЕНТР ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ»

Зверева
Мария Вячеславовна

**ШКАЛА ОЦЕНКИ
АКАДЕМИЧЕСКОЙ ПРОКРАСТИНАЦИИ PASS**
(Procrastination Assessment Scale for Students
by L. Solomon & E. Rothblum)
в адаптации Зверевой М.В.

Методические рекомендации

Москва 2018

ББК 88.7
УДК 159.95
З-43

Методические рекомендации. Шкала оценки академической прокрастинации PASS (Procrastination Assessment Scale for Students by L. Solomon&E. Rothblum). **М.В. Зверева** – М.: Сам Полиграфист, 2018 - 28с.

Методические рекомендации подготовили:

Автор: М.В. Зверева, кандидат психологических наук, младший научный сотрудник отдела медицинской психологии ФГБНУ «Научный центр психического здоровья»

Научный консультант: С.Н. Ениколопов, кандидат психологических наук, доцент, заведующий отделом медицинской психологии ФГБНУ «Научный центр психического здоровья».

Рецензент: Н.А. Польская, доктор психологических наук, профессор ФГБОУ ВО МГППУ.

Печатается в соответствии с решением Ученого совета ФГБНУ НЦПЗ, Протокол № 3 от 22 апреля 2018 г.

ISBN: 978-5-00077-732-9

В настоящих рекомендациях приводится описание адаптированной на русскоязычной выборке методики «Шкала оценки прокрастинации PASS». Данная методика может использоваться для оценки прокрастинации по трем параметрам (частота, причины, личностные характеристики) у здоровых молодых людей и юношей и девушек с эндогенной психической патологией в возрасте от 18 до 25 лет. Методические рекомендации включают в себя: 1) Адаптированную версию опросника Procrastination Assessment Scale for Students by L. Solomon&E. Rothblum и результаты апробации на русскоязычной выборке 2) особенности проведения и анализа методики в клинике с пациентами с эндогенной психической патологией. Рекомендации предназначены для клинических (медицинских) психологов, преподавателей и студентов специальности «клиническая психология», и других специалистов в области патопсихологии. Рекомендации могут быть использованы специалистами клиническими психологами, работающими в психиатрических клиниках, диагностических и консультативных центрах, с пациентами (клиентами), имеющими опыт обучения в средних специальных или высших учебных заведениях.

ББК 88.7
УДК 159.95
З-43

ISBN: 978-5-00077-732-9
М.В., 2018

© Зверева

О г л а в л е н и е

Часть 1. Адаптированная версия опросника «Шкала оценки прокрастинации PASS».....	6
1.1. Описание частей опросника, отличие русскоязычной адаптации от оригинальной версии.	6
1.2. Инструкция к опроснику.	7
1.3. Описательные статистики опросника.....	7
1.4. Факторный анализ второй части опросника.	9
1.5 Факторный анализ третьей части опросника.	13
1.6. Принцип обработки результатов опросника «Шкала оценки прокрастинации PASS».....	15
Часть 2. Особенности проведения и анализа методики в клинике с пациентами с эндогенной психической патологией	16
2.1. Обоснование к изучению академической прокрастинации в молодом возрасте при эндогенной психической патологии.....	16
2.2. Клиническая характеристика исследованных вариантов эндогенной психической патологии.....	17
2.3. Особенности причин академической прокрастинации и личностных характеристик «прокрастинатора» при эндогенной психической патологии.....	18
Список использованной литературы.....	19
Приложение 1_Бланк опросника «Шкала оценки прокрастинации PASS».....	21
Приложение 2_Таблицы нормативных данных.....	24
Приложение 3_Таблицы данных для эндогенной психической патологии.....	26

Пояснительная записка

Опросник «Procrastination Assessment Scale for Students (PASS)» направлен на выявление и оценку частоты академической прокрастинации, ее вероятных причин и личностных характеристик «прокрастинатора». Оригинальная методика была разработана в 1984 авторами L. Solomon и E. Rothblum.

Прокрастинация (лат. «procrastinatus», где «pro» означает «вперед, дальше», а «crastinus» - «завтра») – это откладывание выполнения необходимых действий или принятия решений для реализации какой-либо поставленной цели (Варваричева Я.И., 2010; Ковылин В.С. 2013; Lay С.Н., 1986). Общим для большого количества определений прокрастинации является: сознательное откладывание и субъективное ощущение дискомфорта при откладывании (J. В. Burka, L. M. Yuen, 1983; Ellis A., Knaus W. J., 1977; Grecco P. R. A, 1985; Lay С. Н., 1986; Milgram N. A., Sroloff B., Rosenbaum M., 1988). В качестве научного понятия «прокрастинация» была введена П. Рингенбахом в 1977 г., в книге «Прокрастинация в жизни человека» (по Ковылину В.С., 2013; Киселевой М.А., 2014; Ю.А. Клейберг, 2015). В то время в отечественной психологии больше внимания уделялось проблемам исследования мотивации, перфекционизма и лени, а активное изучение проблемы прокрастинации в России началось уже в начале XXI века.

Большинство современных исследований прокрастинации укладываются в четыре направления: причины прокрастинации, последствия поведения откладывания, индивидуальные особенности самих «прокрастинаторов» и их демографические различия. Основываясь на факторах «Большой пятерки», а в дальнейших исследованиях и на факторах «Темной триады», ученые получили большее количество информации о связи прокрастинации и личностных характеристик «прокрастинатора». (Schouwenburg H., Lay С., 1995; Lay С., Kovacs A., Danto D., 1998; Watson D.C., 2001; Whiteside S. P., Lynam D. R., 2001; Paulhus D. L., Williams K. M., 2002; Kagan M., Cakir O., Ilhan T., Kandemir M., 2010; Lyons M., Rice H., 2014). В настоящее время, наиболее распространенные направления исследования феномена прокрастинации связаны с анализом причин прокрастинации и выявлением роли личностных особенностей и индивидуальных различий в прокрастинации (по Поповой Е.А., 2014).

Среди огромного количества классификаций наиболее известная была предложена Н. Милграмом. и соавторами, где выделены пять видов прокрастинации:

- Бытовая - откладывание домашних дел, которые должны выполняться регулярно;
- Прокрастинация в принятии решений (в том числе незначительных);
- Невротическая - откладывание жизненно важных решений, таких как выбор профессии или создание семьи;
- Компulsiveвная, где сочетаются два вида прокрастинации — поведенческая и в принятии решений;

- Академическая - откладывание выполнения учебных заданий, подготовки к экзаменам и т. д. (Milgram N., 1996)

Разделение прокрастинации на пассивную - когда выполнение задания откладывается до последнего и задание не завершается вовремя, и активную прокрастинацию, когда несмотря на промедления, задание выполняется вовремя, - было выделено авторами А.Н.С. Чу и J. N.Чои (Chu А.Н.С., Чои J. N., 2005).

Академическая прокрастинация является наиболее изученной благодаря тому, что исследовать выборку студентов значительно проще, чем выборку взрослого работающего населения. Кроме того, прокрастинация, связанная с учебной деятельностью, то есть академическая, - это распространенное явление для более чем 75% студентов. В периоды подготовки курсовых, реферативных и дипломных работ, а также при подготовке к экзаменам – академическая прокрастинация фиксируется почти четвертью студентов (по данным опросов американских авторов). (Ellis A., Knaus W.J., 1977). Академическая прокрастинация содержит две основные составляющие: 1) тенденцию откладывать выполнение текущих и итоговых учебных заданий и 2) наличие тревоги, связанной с этим откладыванием (Milgram N., 2000). Тревога зачастую может возникать из-за наличия перфекционизма, который характеризуется стремлением к идеальному выполнению поставленных задач, при установке недостижимо высоких стандартов работы.

Исходя из всего вышесказанного, прокрастинация как акт бесполезного откладывания выполнения работы, принятия решений, до наступления чувства субъективного дискомфорта, является одним из распространенных вариантов дезадаптивного поведения в юношеском возрасте. И для ее исследования было необходимо адаптировать инструмент – опросник «Procrastination Assessment Scale for Students» (в русском переводе «Шкала оценки академической прокрастинации PASS»), в котором достаточно хорошо представлены основные элементы феномена прокрастинации – частота, причины и личностные характеристики.

Методические рекомендации содержат описание адаптированной на русскоязычной выборке версии опросника «Procrastination Assessment Scale for Students», возможности его применения в клинике эндогенной психической патологии. В приложении представлен бланк опросника, ключи и нормативные данные для юношей и девушек 18-25 лет.

Список использованной литературы

1. Варваричева, Я.И. Феномен прокрастинации: проблемы и перспективы исследования / Я.И. Варваричева // Вопросы психологии. — 2010. — № 3. — С. 121–131
2. Гараян, Н.Г. Перфекционизм и психические расстройства (обзор зарубежных эмпирических исследований) / Н.Г. Гараян //Терапия психических расстройств. – 2006. – №1. – С. 23-31.

3. Зверева, М.В. Адаптация опросника PASS на российской выборке / М.В. Зверева. // Психологическая наука и образование. – 2015. – Т.20. – №1. – С.79–84.
4. Зверева, М.В., Ениколопов С.Н., Олейчик И.В. Прокрастинация и агрессия при психической патологии у лиц молодого возраста. Психологическая наука и образование – 2015. – Т.20. – №2. – С. 70-77
1. Зверева, М.В. Прокрастинация как личностный фактор при психической патологии в юношеском возрасте Диссертация на соиск. учен. степ. к. психол. наук по специальности 19.00.04. – СПб., 2016
2. Каледя, В.Г. Юношеский эндогенный приступообразный психоз (психопатологические, патогенетические и прогностические аспекты первого приступа) //Дисс.... доктор мед. наук: 14.01.06 / Каледя Василий Глебович. – М., 2010. – 335с
3. Киселева, М.А. Особенности проявления прокрастинации личности / М.А. Киселева // Роль прокрастинации в процессе самоопределения молодежи: сборник научных статей. – Саратов.: Изд-во «Саратовский источник», 2015. – С. 31-34.
4. Ковылин, В.С. Теоретические основы изучения феномена прокрастинации / В.С. Ковылин // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. – 2013.– № 2 (2). – С. 22-41.
5. Критская, В.П., Патопсихология шизофрении. / В.П. Критская, Т.К. Мелешко. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2015. – 389 с.
6. Олейчик, И.В. Юношеские эндогенные депрессии (современное состояние проблемы) / И.В. Олейчик // Психиатрия. – 2010. – № 5(47). – С. 56–69.
7. Alexander E.S., Onwuegbuzie A.J. (2007). Academic procrastination and the role of hope as a coping strategy. *Personality and Individual Differences*, 42, 1301–1310.
8. Beswick G., Rothblum E. D., Mann, L. Psychological antecedents of student procrastination. *Australian Psychologist*, 1988. 23(2), P. 207–217.
9. Burka J., Yuen L. *Procrastination: Why you do it, what to do about it*. Cambridge: Da Capo, 1983. 336 p.
10. Chu A. H. C., Choi J. N. (2005) Rethinking procrastination: Positive effects of “active” procrastination behavior on attitudes and performance. *Journal of Social Psychology*, 145(3), p. 245-264.
11. Ferrari J., Johnson J., McCown W. *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. New York: Plenum Press.1995. 268 p.
12. Hamachek D. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*, vol. 15, p.27-33.
13. Howell A. J., Watson D. C., Powell R. A., Buro K. (2006). Academic procrastination: The pattern and correlates of behavioral postponement. *Personality and Individual Differences*, 40, 1519–1530.
14. Lay C., Kovacs A., Danto D. (1998). The relation of trait procrastination to the big-five factor conscientiousness: An assessment with primary-junior school children based on self-report scales. *Personality and Individual Differences*, 25, 187–193.

15. Milgram N. N., Naaman N. Typology in procrastination //Personality and Individual Differences. – 1996. – Т. 20. – №. 6. – С. 679-683.
16. Solomon L.J., Rothblum E.D. Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates. Journal of Counseling Psychology. 1984 31(4). P. 503-509.
17. Zvereva M. Procrastination as a personal factor in young patients with mental disorders European Psychiatry April 2017. Vol.41 p.711.