

## **ФЕНОМЕН ПРОКРАСТИНАЦІЇ У ЛІКАРІВ-ІНТЕРНІВ СТОМАТОЛОГІЧНОГО ПРОФІЛЮ**

**Кравець Ольга Вікторівна,**

д.м.н., доцент

**Єхалов Василь Віталійович,**

**Станін Дмитро Михайлович,**

**Романюта Інна Анатоліївна,**

к.м.н., доценти

Дніпровський державний медичний університет,

м. Дніпро, Україна

535951@ukr.net

sesualiy@gmail.com

sdm5279@i.ua

inna.romanyuta@gmail.com

**Вступ.** Феномен прокрастинації привертає дедалі більше уваги дослідників та психологів в усьому світі. Нераціональний розподіл часу та ресурсів призводить до того, що суб'єкти навчання відчувають серйозні труднощі в організації власного освітнього процесу: їм складно контролювати проміжні та підсумкові результати навчання, що суттєво погіршує його якість і тим самим ускладнює особистісну та професійну самореалізацію [1].

Найбільш часто негативними аспектами прояву прокрастинації вважають: стрес/ дистрес; високу особистісну та ситуативну тривожність; занижену самооцінку; перфекціонізм; недостатність вольової саморегуляції; паліативність рішень; низьку самоефективність та результативність діяльності; реакцію опору у відповідь зовнішній психологічний тиск [2].

Академічна прокрастинація являє собою особливий тип захисного механізму, який пов'язаний з проблемами соціалізації та інтеграції, попереднім досвідом невдач у навчальному процесі, комплексом неповноцінності (невірі у свої здібності та позитивний результат), депресії, агорафобії. Причини академічної повільності також можуть включати безвідповідальність та відсутність досвіду самостійного життя (батьківський контроль), моментальну імпульсивність у плануванні свого часу та діяльності, низьку мотивацію до успіху та самореалізації, низький рівень досвіду самоорганізації та самостійного навчання [3]. Провокує прокрастинацію відсутність належного нагляду контролюючих осіб за виконанням поставлених цілей [2].

Наслідки прокрастинації можуть включати роздратування, жаль та розгубленість. Невиконання навчальних обов'язків у відведений час часто тягне за собою інші наслідки: матеріальні та/або адміністративні, втрачені можливості, порушення ходу роботи, зіпсовані відносини.

Існують активні та пасивні прокрастинатори. Зволікання перших характеризується негативними емоціями, внутрішнім дискомфортом та відсутністю результату. Інші вважають, що відкладають справи собі на благо, а в умовах коротких термінів вони тільки мобілізують свої внутрішні резерви та намагаються все зробити якісно [1].

У нинішній час залишається відкритим питання про зв'язок зволікання із захисною поведінкою, а також суб'єктивним благополуччям особистості .

У наших попередніх дослідженнях було визначено, що за власною оцінкою 69,5% лікарів-інтернів вважають себе прокрастинаторами [4,5].

**Мета роботи.** Ми планували провести порівняльний аналіз причин схильності до прокрастинації серед лікарів стоматологічного та лікувального профілю.

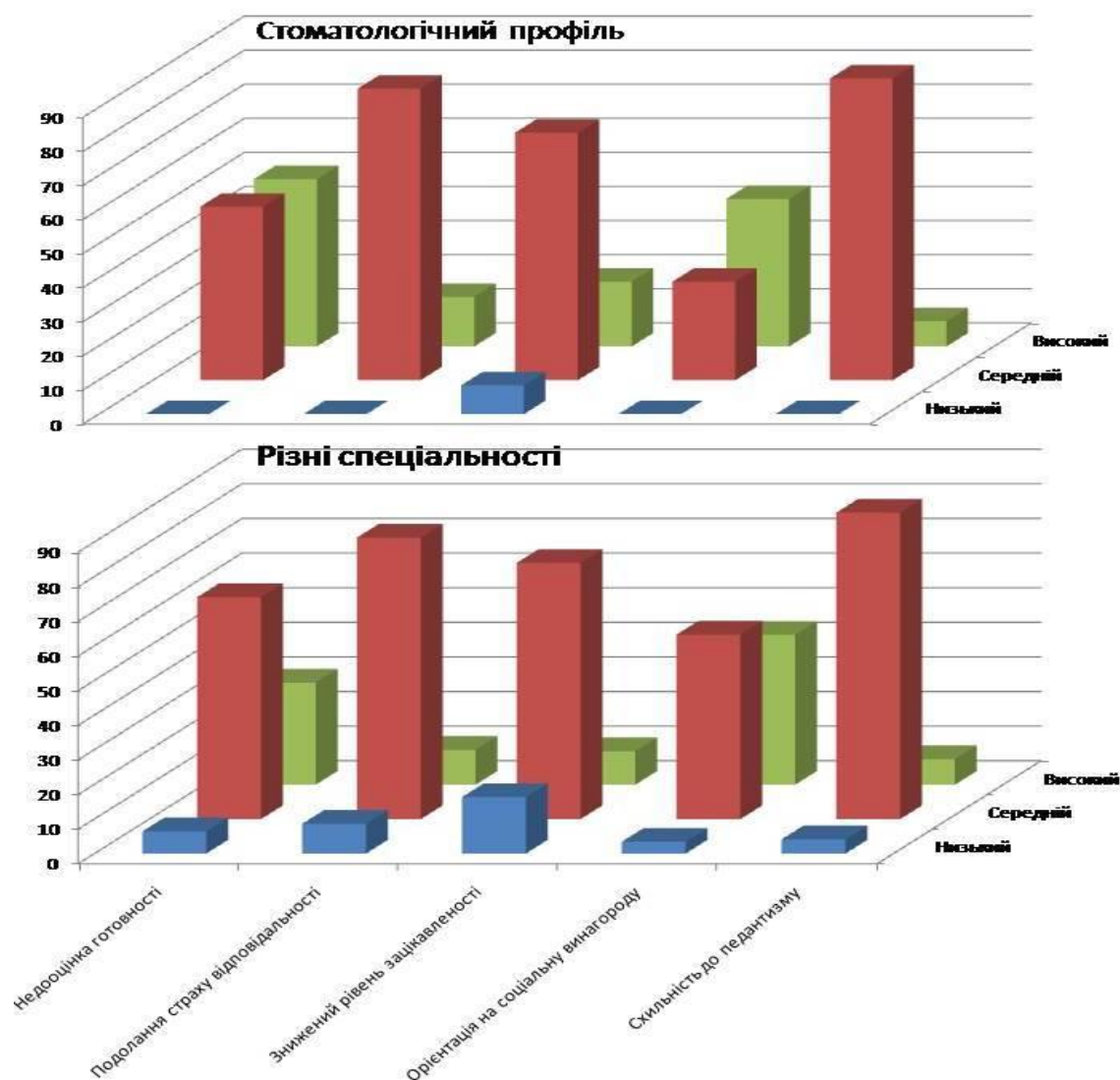
**Матеріали та методи.** Проведено анонімне анкетування більше 300 лікарів-інтернів різних спеціальностей після завершення циклу "Невідкладні стани". Для визначення схильності до прокрастинації використовувалася шкала загальної прокрастинації К. Лей в адаптації Т.Ю. Юдєєвої (2011) та М.С. Дворник (2018) [6].

**Результати та обговорення.** Попередні результати за шкалою загальної прокрастинації К. Лей в адаптації Т.Ю. Юдєєвої (2011) показали, що середній рівень показника усієї інтернської маси склав 62,25 - 63,5 балів, що відповідало середньому рівню схильності до прокрастинації та не мало групової достовірної різниці ( $p = 1$ ). Частка респондентів із високим рівнем прокрастинації дорівнювала у інтернів 1-го року навчання 21, 25%. Ми провели повторне анкетування за створеним на засадах теоретичного аналізу проблеми походження відтермінування опитувальником М.С. Дворник (2018), провідною ознакою якого було припущення про те, що час від часу будь-яка особистість може демонструвати ознаки прокрастинації [6].

Лікарі-інтерни стоматологічного профілю мали більш високий рівень схильності до прокрастинації (на 4% - 28%) за всіма складовими у порівнянні з молодими колегами лікувального профілю. Високий рівень зволікання показали 71,1% респондентів-стоматологів за складовою "орієнтація на соціальну винагороду". Друге місце (49,1%) посіла "недооцінка готовності до виконання завдання". Низьку схильність до прокрастинації показали 8,4% інтернів за пунктом "зниження рівня зацікавленості" (рис. 1).

Низького рівня схильності за складовою "подолання страху відповідальності" не було зареєстровано в жодного інтерна-стоматолога супроти 8,6% загальної вибірки, а високий показник за цією ознакою був у 14,5% опитаних, що на 4,4% перевищувало результати респондентів лікувального профілю. Це свідчить про тривожну поведінку уникання важливих, складних, незнайомих завдань, пошук особистісних умов для їх виконання. Це - певна фобія прийняття рішень, своєрідний захист від

психічного та фізичного перенавантаження [1,6]. Психологічний захист особистості активізується саме в ситуації очікування результату, оскільки інтерн орієнтований на емоційно-оціночне відношення до витрачених зусиль. При цьому відкладання реалізації поставленої мети є паліативним рішенням, здатним підготувати до наступних дій [2].



**Рис. 1. Розподілення причин особистісної схильності до прокрастинації у лікарів-інтернів стоматологічного профілю та різних спеціальностей**

Високий рівень схильності до прокрастинації за складовою "зниження рівня зацікавленості" у стоматологів майже вдвічі перевищує такий у інтернів лікувального профілю. Це демонструє їхню загальну незацікавленість щодо справ, які потрібно виконати. Здебільшого це можна

пояснити їх небажанням опанувати елементи суміжних спеціальностей за модулем "Невідкладні стани". Але хоча психологічні особливості кожного суб'єкта потрібно враховувати, однак навчальний план та програма повинні бути ними виконані [1].

Інтерни-стоматологи показали високу орієнтацію на соціальну винагороду, велика схильність до чого на 27,8% перевищує середній показник колег лікувального профілю. Досліджувані з високими показниками за цим фактором виступають проти неприйнятних умов спілкування, виявляють бажання співпрацювати з певними людьми, спрямовані на соціальне прийняття [6]. Молодий колега бажає отримати високу оцінку, схвалювання, подяку, моральне заохочення, задля чого він обмірковує, доповнює, переробляє, оздоблює, одним словом удосконалює свою роботу. З цього погляду, зволікання може бути трактоване як продуктивна прокрастинація [1].

Педантичні схильності пов'язують природу відтермінування з характерологічною потребою виваженості, правильності, послідовності. Тому високі показники за цим фактором свідчать про те, що респонденти відкладають свої справи через особистісну нерішучість, неквапливість, розміреність [6]. Висока схильність стоматологів до педантизму на 4,1% перевищувала показник суб'єктів навчання з лікувальної справи, що свідчить про зниження психофункціональної мобільності та адаптивних можливостей опитаних.

Високий рівень прокрастинації сигналізує про наявність тенденції до частішого уникнення невдач, і навпаки, молоді колеги у свідомості яких переважає даний феномен, більш схильні до негативної мотивації навчальної діяльності (уникнення невдачі), ніж позитивної (досягнення успіху) [1,3,6]. Для інтернів з низькою залученістю до навчальної діяльності більш характерне відкладання справ на деяке невизначене майбутнє, а у молодих колег з високою організацією внутрішнього процесу навчання виявлено

нижчі показники прокрастинації. Остання, як уникнення небажаної діяльності, приводить до стану внутрішнього психічного комфорту, при якому вони помилково вважають цей тимчасовий відхід від навчання успішним для себе вирішенням академічних проблем. Існує прямий кореляційний зв'язок між феноменом прокрастинації та фактами відрахувань з вищого навчального закладу [3].

Прокрастинація не є суто негативною якістю особистості якщо вона не усвідомлюється як адитивна звичка. Відкритим залишається питання про позитивний та негативний її ефект. З кожним днем дедалі більше дослідників схиляються до позитивного впливу цього феномена. Відкладання справ є нормою, доки не почнуть виникати серйозні проблеми, а хронічна прокрастинація вже є ознакою психічного розладу.

### **Висновки:**

1. Інтернам лікувального напрямку здебільшого притаманний середній рівень схильності до прокрастинації.
2. Інтерни-стоматологи показали значно більш високі показники схильності до прокрастинації за всіма складовими, ніж молоді колеги різних спеціальностей лікувального профілю.
3. Продуктивне відтермінування може бути використане як позитивна складова феномену прокрастинації.
4. Феномен прокрастинації у суб'єктів вищої медичної освіти вимагає подальшого вивчення з метою зменшення впливу його негативних та розвитку позитивних характеристик.

**Конфлікт інтересів:** Автори запевняють про відсутність будь-якого конфлікту інтересів при підготовці цієї статті.

## ЛІТЕРАТУРА:

1. Феномен прокрастинації на етапах вищої медичної освіти/Єхалов В.В., Кравець О.В., Бараннік С.І., Пилипенко О.В. та ін. *Новини медицини та фармації*, 2021. № 15, 16 (775, 777). С. 16-17.
2. Киселева М.А. Теоретический анализ позитивных и негативных аспектов прокрастинации личности. *Гуманизация образования*, 2014. № 6. С. 68-73.
3. Katane I., Jerkunkova A. Prokrastinācijas fenomens un šīs problēmas risināšanas perspektīva universitātē priekšlaicīgas studiju pārtraukšanas riska kontekstā *Rēzeknes Tehnoloģiju akadēmija*, 2020. v.1. P. 317-332.
4. Ekhalov V.V., Kravets O.V., Stus V.P., Moiseenko M.M., Barannik S.I. Sociopsychological image of the modern intern (educational and social research). *Урологія*. 2021. т. 25. № 1. P. 71-80.
5. Yekhalov V.V., Kravets O.V., Krishtafor D. A. Psychological Features of the Modern Intern. The world of science and innovation. *Abstracts of the 6th International scientific and practical conference*. Cognum Publishing House. London, United Kingdom, 2021. P. 304-311.
6. Дворник М.С. *Прокрастинація в конструюванні особистісного майбутнього: монографія*. Кропивницький : Імекс-ЛТД. 2018. 120 с.