

УДК 159.9.072

**ПРОКРАСТИНАЦИЯ В СРЕДЕ ВРАЧЕЙ-ИНТЕРНОВ
СПЕЦИАЛЬНОСТИ "ДЕТСКАЯ АНЕСТЕЗИОЛОГИЯ"**

Ехалов Василий Витальевич

к.м.н., доцент

Багунина Ольга Александровна,

ассистент

Днепропетровский государственный медицинский университет

г. Днепр, Украина

sesualiy@gmail.com

baguninaolga@gmail.com

Аннотация: Феномен прокрастинации привлекает все большее внимание исследователей и психологов во всем мире. Нами было проведено анонимное анкетирование более 350 врачей интернов лечебного профиля. Результаты показали более низкий уровень склонности к прокрастинации у врачей-интернов специальности "Детская анестезиология" по сравнению с общей массой интернов лечебного профиля.

Ключевые слова: последипломное обучение, интерны, прокрастинация, мотивация.

Феномен прокрастинации привлекает все большее внимание исследователей и психологов во всем мире. Нерациональное распределение времени и ресурсов приводит к тому, что субъекты обучения испытывают серьезные затруднения в организации личного образовательного процесса: им сложно контролировать промежуточные и итоговые результаты обучения, что ухудшает качественные результаты и тем самым усложняет личностную и профессиональную самореализацию [1, с. 16].

Прокрастинацию необходимо дифференцировать от таких явлений, как медлительность, которая может быть следствием проявления психофизиологических особенностей организма или нарушенной адаптации, а также выступать в качестве привычного защитного поведенческого стереотипа. Медлительность не означает отказа от активности, но определяет темпоральные особенности выполняемой деятельности и скорость принятия решений. Другим отличительным состоянием является апатия (депрессия), которая сопровождается спадом активности на фоне снижения эмоционального тонуса или симптомов депрессивного расстройства. И, наконец, элементарная лень проявляется как снижение или отсутствие мотивации и недостаток волевого усилия. Может выступать как временное состояние, обусловленное факторами среды, как устойчивый стереотип поведения, а также в качестве личностной черты [2, с. 129].

Отрицательными аспектами проявления прокрастинации преимущественно считаются: стресс/дистресс; высокая личностная и ситуативная тревожность; заниженная самооценка; перфекционизм; недостаток волевой саморегуляции; паллиативность решений; низкая самоэффективность и результативность деятельности; оборонительная реакция на внешнее психологическое воздействие [3, с. 71].

Академическая прокрастинация представляет собой особый тип защитного механизма, связанного с проблемами социализации и интеграции, предыдущим опытом неудач в учебном процессе, комплексом неполноценности (неверия в свои способности и положительный результат), депрессии, агорафобии. Причины академической медлительности могут включать безответственность и отсутствие опыта самостоятельной жизни (родительский контроль), сиюминутную импульсивность в планировании своего времени и деятельности, низкую мотивацию к успеху и самореализации, недостаточный уровень опыта самоорганизации и самостоятельного обучения [4, с. 319]. Провоцирует прокрастинацию отсутствие должного надзора контролирующих лиц за выполнением поставленных целей [3, с.72].

Академическая прокрастинация элиминирует учебную активность за счет негативного воздействия на подавляющее большинство ее компонентов и элементов. Нивелируя потенциал активности и его составляющие (учебная мотивация и самооценка обучаемости), прокрастинация гасит саму готовность к учебной деятельности, не позволяет всему циклу учебной активности развернуться в полную силу, но при этом остается незаметной для внешнего наблюдателя. Относительно наблюдаемой академическая прокрастинация становится на этапе реализации, когда наибольшую роль играет регулятивный компонент учебной активности и его элементы (контроль действий при реализации и при фрустрации в ходе учебной деятельности). На данном этапе можно наблюдать откладывание реальных действий в сочетании с демонстрацией намерения в скором времени приступить к делу. Академическая прокрастинация становится очевидной, когда включается характерный поведенческий паттерн, проявляющийся в типичном протекании динамики реализации учебной активности (исполнительской и творческой), которое проявляется постоянным откладыванием, которое сменяется лихорадочными попытками технически выполнить задание в последний момент [5, с. 67].

Последствия прокрастинации включают раздражительность, обиженность и растерянность. Невыполнение учебных обязанностей в отведенное время часто чревато и другими материальными и/или административными последствиями; отягчают их упущенные возможности, нарушение хода работы, испорченные отношения.

Существуют активные и пассивные прокрастинаторы. Промедление первых характеризуется отрицательными эмоциями, внутренним дискомфортом и отсутствием результата. Другие же считают, что откладывают дела себе во благо, а в условиях ограниченных сроков они только мобилизуют свои внутренние резервы и стараются все сделать качественно [1, с.17].

В настоящее время остается открытым вопрос о связи промедления с защитным поведением, а также с субъективным благополучием личности.

В наших предыдущих исследованиях было определено, что 43,2% респондентов не считают целесообразным выполнять определенные задачи, если это им ничем не угрожает. Миллениалы всегда спешат выполнять кратковременную работу, но когда они переходят к долгосрочным задачам, тогда они теряют чувство неотложности, потому что не способны расставить приоритеты, поэтому многие дела остаются незавершенными или выполненными недостаточно качественно [6, с. 77].

Интернам лечебного направления в основном присущ средний уровень прокрастинации [7, с. 119]. Интерны-стоматологи показали значительно более высокие показатели склонности к прокрастинации по всем составляющим по сравнению с результатами молодых коллег разных специальностей лечебного профиля [8, с.184].

Мы планировали провести сравнительный анализ причин данного феномена у врачей-интернов специальности "Детская анестезиология" с показателями других специальностей лечебного профиля.

Было проведено анонимное анкетирование более 350 врачей-интернов разных специальностей после завершения цикла "Неотложные состояния". Для определения склонности к прокрастинации использовалась шкала общей прокрастинации К. Лей в адаптации Т.Ю. Юдеевой (2011) и М.С. Дворник (2018). Предварительные результаты по шкале общей прокрастинации К. Лей в адаптации Т.Ю. Юдеевой (2011) показали, что средний уровень показателя всей интернской массы составил 62,7%, что соответствовало среднему уровню склонности к прокрастинации и не имело групповой статистически достоверной разницы. Для более широкого изучения проблемы мы провели повторное анкетирование по созданному на основе теоретического анализа проблемы происхождения отсрочки опросником М.С. Дворник (2018), ведущим качеством которого является допущение, что иногда любой индивидуум может демонстрировать признаки прокрастинации [9, с. 110].

Интерны специальности "Детская анестезиология" имели более низкий уровень склонности к прокрастинации почти по всем составляющим в сравнении с показателями молодых коллег других специальностей.

Группа исследования показала значительно более низкий уровень склонности к прокрастинации, чем у интернов других специальностей по составляющей "недооценка готовности к выполнению задания". Так, низкий уровень предрасположенности у них наблюдался почти в два раза чаще, а высокий в 3 раза реже, чем в группе сравнения. Это указывает на более высокую личностную стабильность и способность продуктивной оценки времени и собственных ресурсов для выполнения задания.

Также отмечен низкий уровень склонности к прокрастинации по составляющей "преодоление страха ответственности", который превышал показатели контрольной группы практически втрое за счёт среднего показателя, часть респондентов с высоким уровнем склонности к отсроченности не отличалась от группы сравнения. Это свидетельствует о низком риске развития тревожности поведения и попыток избежать важных, сложных, незнакомых задач, а также поиска личностных условий для их выполнения. Недаром говорится: "Кто хочет - ищет возможность, кто не хочет - ищет причину".

Более низкую предрасположенность к прокрастинации показали детские анестезиологи по пункту "снижение уровня заинтересованности" (рис. 1). При этом высокого уровня данного показателя у них не было зарегистрировано ни в одном случае, против среднего показателя в интернской среде 9,7%. Это демонстрирует их более высокую общую заинтересованность в делах, которые нужно выполнить.

Наиболее высокий уровень склонности к прокрастинации показали 43,3% всех респондентов по составляющей "ориентация на социальное вознаграждение", причём показатели группы детских анестезиологов статистически не отличались от среднего уровня. Опрошенные с высокими показателями по этому фактору выступают против неприемлемых условий общения, выражают желание сотрудничать с определенными людьми,

ориентированы на социальное восприятие. Молодой коллега желает получить высокую оценку, одобрение, благодарность, моральное поощрение, ради чего он обдумывает, дополняет, перерабатывает, украшает, одним словом, совершенствует свою работу. С этой точки зрения, промедление может трактоваться как продуктивная прокрастинация [1, с. 16].

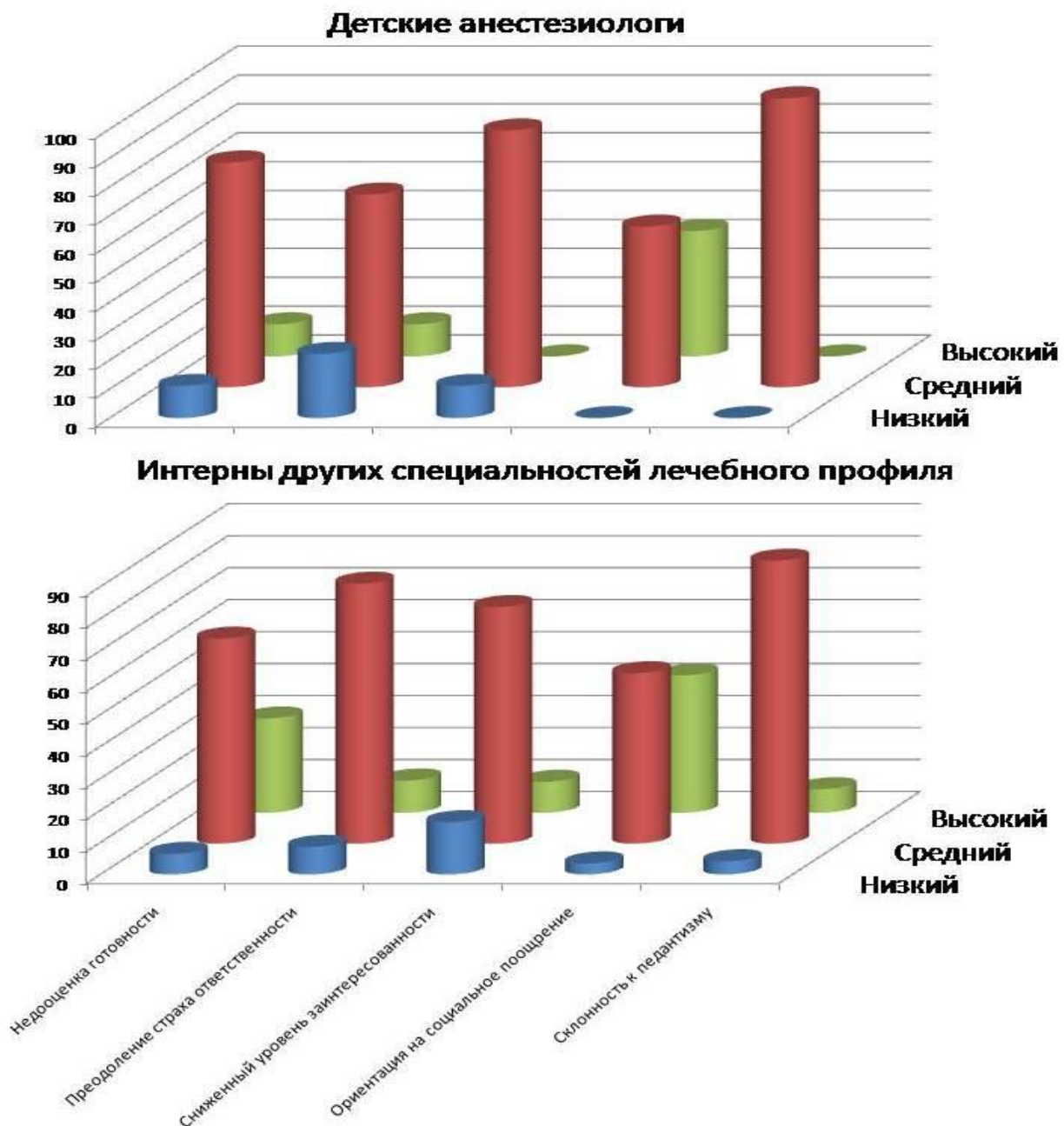


Рис. 1. Распределение причин склонности к прокрастинации у интернов детских анестезиологов и других специальностей лечебного профиля.

Педантические наклонности детских анестезиологов всецело находятся на среднем уровне, а в общей интернской среде высокая склонность к прокрастинации по данной составляющей почти вдвое превышает низкую. Склонность к педантизму связывает природу отсрочки с характерологической потребностью взвешенности, правильности, последовательности. Поэтому высокие показатели по этому фактору свидетельствуют о том, что респонденты откладывают свои дела из-за личной нерешительности, неторопливости, размеренности [6]. Следовательно, согласно результатам опроса, психофункциональная мобильность и адаптивные возможности представителей группы исследования находятся на среднем уровне.

Тем не менее уровень склонности к прокрастинации в общей среде интернов лечебного профиля достаточно высок, что сигнализирует о наличии тенденции к более частому избеганию неудач. Молодые коллеги в сознании которых преобладает данный феномен, более склонны к негативной мотивации учебной деятельности (избегание неудачи), чем положительной (достижение успеха). Для интернов с низкой вовлеченностью в учебную деятельность более характерно откладывание дел на некоторое неопределенное будущее, а у молодых коллег с высокой организацией внутреннего процесса обучения выявлены более низкие показатели прокрастинации. Последняя, как избегание нежелательной деятельности, приводит интернов в состояние внутреннего психического комфорта, при котором они ошибочно считают этот временный отход от обучения успешным для себя решением академических проблем. Существует прямая корреляционная связь между феноменом прокрастинации и фактами отчислений из ВУЗа [4, с. 329].

По нашему мнению, немалое влияние на склонность к академической прокрастинации играет недостаточная профессиональная мотивация. Для формирования мотивации на додипломном уровне могут быть задействованы доступная сознательная информация, профессиональная ориентация, сознательный выбор, прелиминарная мотивация. Хотя существует множество подходов и методов развития априорной профессиональной мотивации во

время обучения в вузе, действительная картина этого процесса не так уж радужна. Преподаватели первых курсов вообще не заинтересованы в проведении в профориентации студентов или внедрении методов повышения профессиональных мотивационных составляющих, поскольку это не входит в их профессиональные обязанности. Мероприятия по профориентации, проводимые среди студентов выпускных курсов сотрудниками факультета последипломного образования, к сожалению, не могут создать достаточное представление будущих коллег о будущей специальности, поскольку последние получают только позитивную ее характеристику. Дипломированные лица надеются выбрать профессию, которая обеспечит уважение других специалистов, пациентов и родственников, но стремятся получить результат как можно скорее. Однако, вместо этого на нашей кафедре они сталкиваются с высокими требованиями по учебной дисциплине (миллениалы это воспринимают с напряжением), к результативной самостоятельной работе с литературными источниками, ночными дежурствами и т.п. Установлены жесткие рамки своевременного написания рефератов, курсовых работ, сдачи семинаров и экзаменов. Погрузившись в такую среду, некоторые интерны понимают, что попали совсем не туда, куда надеялись. Они не выдерживают психической и физической нагрузки, необходимости быстрого реагирования и синтеза информации, высоких академических требований. Большое значение, как для всей медицинской отрасли, так и для определенных лиц, имеет как можно более раннее выявление в среде интернов-анестезиологов «случайных» лиц и обеспечение их перепрофилизации в другую медицинскую специальность, более отвечающую их способностям. Важным шагом в улучшении медицинской помощи является тщательная оценка всех аспектов функций человека, которые можно улучшить путем внесения изменений в систему профессионального отбора анестезиологов с учетом не только их личных желаний, но и психологических возможностей [15, с. 55]. Опрос врачей-интернов был выполнен к концу 1-го семестра обучения, к этому времени уже было выполнено "отсеивание" лиц, которые были признаны

профессионально непригодными, поэтому полученные результаты детских анестезиологов выглядят лучше, чем наблюдаются в общей интернской массе.

Однако, прокрастинация не является чисто отрицательным качеством личности, если она не осознается как аддитивная привычка. Открытым остается вопрос о её положительном и негативном эффекте. С каждым днем все большее число исследователей склоняются к положительному влиянию этого феномена. Так, прокрастинация с целью улучшения результата работы вполне допустима при решении научной проблемы, написании учебника или статьи. Для интерна же откладывание дел является нормой, пока не начнут возникать серьезные проблемы, а хроническая прокрастинация уже может являться признаком психического расстройства.

Выводы:

1. Интернам лечебного направления в основном присущ средний уровень склонности к прокрастинации.
2. Интерны специальности "Детская анестезиология" показали более низкие показатели склонности к прокрастинации по всем составляющим, чем молодые коллеги других специальностей лечебного профиля.
3. Одной из причин академической прокрастинации есть недостаток профессиональной ориентации.
4. Феномен прокрастинации у субъектов высшего медицинского образования требует дальнейшего изучения с целью уменьшения влияния его негативных и использования положительных характеристик.

Список литературы

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. Курденко А.Н. Прокрастинация и лень: психологическое содержание понятий. *Научный журнал «РЕМ: Psychology. Educology. Medicine»*, 2019. № 1. С. 128-136.

3. Киселева М.А. Теоретический анализ позитивных и негативных аспектов прокрастинации личности. *Гуманизация образования*, 2014. № 6. С. 68-73.
4. 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.
5. Кормачёва И.Н. Академическая прокрастинация как элиминация учебной активности. *Психология человека в образовании*, 2021, т. 3, № 1 С. 61-70.
6. 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.
7. Єхалов В.В., Пилипенко О.В. Прокрастинація у здобувачів вищої медичної освіти. *Матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції: Неперервна освіта для сталого розвитку: філософсько-теоретичні контексти та педагогічна практика*. Дніпро : СПД «Охотнік», 2021. С. 118-120.
8. Феномен прокрастинації у лікарів-інтернів стоматологічного профілю/ Кравець О.В., Єхалов В.В., Станін Д.М., Романюта І.А. *The 6 th International scientific and practical conference. Topical issues of modern science, society and education*. Kharkiv, 2021. P. 180-186.
9. Дворник М.С. *Прокрастинація в конструюванні особистісного майбутнього: монографія*. Кропивницький : Імекс-ЛТД. 2018. 120 с.
10. Станин Д.М., Єхалов В.В., Кравець О.В. Об эмоциональном выгорании интернов-терапевтов. *Мат. науково-практичної конференції "Актуальні питання медичної теорії та практики"*. Дніпро : Salutem, 2021. С. 53-56.