

21. Rodzhers K. Vchytysia buty vilnym / K. Rodzhers // Humanistychna psykholohiia: Antolohiia: navch. posibnyk: U 3-kh t. – K. : Pulsary, 2001. Tom 1: Humanistychni pidkhody v zakhidnii psykholohii KhKh st. – S. 37 – 59.
22. Rodzhers K. Svoboda uchit'sja / K. Rodzhers, D. Frejberg. – Moskva : Smysl, 2002. – 527 s.
23. Rubinshtejn S.L. Osnovy obshhej psihologii / S. L. Rubinshtejn. – Sankt-Peterburg : Piter, 1998. – 688 s.
24. Sytnychenko L. A. Pershodzherela komunikatyvnoi filosofii / L.A. Sytnychenko. – Kyiv : Lybid, 1996. – 176 s.
25. Skotnyi V. H. Filosofii osvity: ekzystentsiia irratsionalnogo v ratsionalnomu / V. H. Skotnyi. – Drohobych : Vymir, 2004. – 348 s.
26. Sotsialno-psykholohichni problemy stanovlennia subiekta ekonomichnoi sotsializatsii: monohrafiia / [Hovorun T. V., Dembytska N. M., Zubiashvili I. K. ta in.]; za nauk. red. V. V. Moskalenko. – Kirovohrad : Imeks-LTD, 2012. – 194 s.
27. Tatenko V. A. Psihologija v subktnom izmerenii / V. A. Tatenko – Kiiv : Vidavnychij centr «Prosvita», 1996. – 404 s.
28. Tatenko V. O. Subiektno-vchynkova paradyhma v suchasni psykholohii / Tatenko V. O. // Liudyna. Subiekt. Vchynok: Filosofsko-psykholohichni studii : zbirka statei. – Kyiv : Lybid, 2006. – S. 316 – 357.
29. Titov I. H. Osobystisne stanovlennia dytyny: subiektnyi vymir : monohrafiia / I. Titov, O. Kravchenko, L. Moskalenko; za red. I. H. Titova. – Kyiv : VTs «Akademii», 2015. – 152 s.
30. Frankl V. Chelovek v poiskah smysla / Frankl V. – Moskva : Progress, 1990. – 366 s.
31. Shekhavtsova S. O. Subiektnist u pedahohichnomu aspekti: teoriia i praktyka / Shekhavtsova S. O. – Poltava : PUET, 2016. – 414 s.

УДК 159.923+37.036

DOI 10.31652/2415-7872-2020-63-209-214

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ПРОКРАСТИНАЦІЇ ТА ТВОРЧОГО МИСЛЕННЯ

К. Є. Рум'янцева, orcid.org/0000-0003-2423-5608

П. Ю. Рум'янцева, orcid.org/0000-0002-6972-1549

Стаття присвячена проблемі взаємозв'язку феномену прокрастинації та творчого мислення. Одним із факторів, що перешкоджають особистій і професійній ефективності, є прокрастинація – надзвичайно поширене нині явище. Існує гіпотеза про те, що у людей із високим рівнем прокрастинації відповідно добре розвинене творче мислення, яке надає їм здатність до нестандартного розв'язання проблем та швидкого пристосування до ситуацій. Прокрастинація розглядається нами, як психологічний патерн поведінки, що характеризується зволіканням суб'єктом запланованих дій або прийняття рішень, яке супроводжується негативними емоційними переживаннями. Аналіз літератури показав, що прокрастинація впливає на творчу діяльність, тому можна припустити, що люди з більш високим рівнем прокрастинації мають більш високий рівень творчості. Провівши дослідження нами було встановлено таку закономірність: студентам з високим рівнем прокрастинації властиві такі фактори, як схильність до ризику та фантазування; студенти з низьким рівнем частіше обирають такі фактори, як допитливість та складність завдання; а студенти з середнім рівнем прокрастинації в однаковій мірі схильні до використання усіх факторів.

Ключові слова: прокрастинація, творче мислення, творча діяльність, креативність.

THE RELATIONSHIP BETWEEN PROCRASTINATION AND CREATIVE THINKING

K. Rumyantseva, P. Rumyantseva

The article is devoted to the problem of the relationship between the phenomenon of procrastination and creative thinking. One of the factors hindering personal and professional efficiency is procrastination - an extremely common phenomenon today. The urgency of this problem and the tendency to spread it have attracted the attention of modern scientists in the field of psychology, however, many issues related to the phenomenon of procrastination are now controversial and require studying deeply and detailed analysis of this phenomenon. There is a hypothesis that people with a high level of procrastination have well-developed creative thinking, which gives people the ability to solve problems in a non-standard way and to adapt quickly to situations. Procrastination is considered by us as a psychological pattern of behavior, characterized by irrational postponement by the subject of planned actions or decision-making, which is accompanied by negative emotional experiences. Procrastination, like creativity, does not have a clear definition, so we considered it from the point of view of various concepts, which agree that, first, procrastination is associated with unresolved internal conflicts, traumas; secondly, with emotional states, irrational approach and infantilism. These factors correlate well with the concept of creativity, because all creative people are full of contradictions. An analysis of the literature has shown that procrastination affects creative activity, and therefore it can be assumed that people with a higher level of procrastination have a higher level of creativity. After studying the theoretical data of procrastination, creative thinking and their relationship, we formed a sample of 68 people, conducted an empirical study, selected diagnostic material to establish the level of procrastination and creative

thinking in students, as well as to determine the impact on the level of creative thinking depending on the level of personality procrastination. We used the following methods: K. Leigh's scale of general procrastination, Takmen's procrastination scale, E. Tunic's self-assessment questionnaire of creative personality characteristics, F. Williams' test of creative (divergent) thinking. Using analysis of variance and linear correlation, we found that the level of procrastination affects the level of creative thinking, so people with a higher level of procrastination are more prone to creativity and creativity in solving problems or tasks. Thus, we have established the following pattern: students with a high level of procrastination are characterized by such factors as risk appetite and fantasizing; low-level students are more likely to choose factors such as curiosity and task complexity; and students with an average level of procrastination are equally likely to use all factors.

Keywords: *procrastination, creative thinking, creative activity, creativity.*

Для сучасної людини, яка живе в стрімко мінливому світі, особливого значення набувають питання особистої ефективності, досягнення успіху і благополуччя. Але часто, незважаючи на дедалі ширший діапазон можливостей і індивідуальної свободи, людина зустрічається з бар'єрами на шляху до свого успіху. Одним із феноменів, що перешкоджає особистій і професійній ефективності, є прокрастинація – надзвичайно поширене нині явище. Актуальність даної проблеми і тенденція до її поширення привернули увагу сучасних вчених-дослідників в галузі психології, проте, багато питань, пов'язаних з явищем прокрастинації, є нині дискусійними і потребують поглибленого вивчення і розгорнутого аналізу даного феномена. У житті з'являються обставини та зміни, які необхідно долати, людина, що володіє творчим, нестандартним мисленням, буде готова до цього. Вона не тільки прилаштовується до чогось нового, а й бере безпосередню участь у плануванні й зміні навколишньої дійсності. Існує гіпотеза про те, що в осіб з високим рівнем прокрастинації відповідно добре розвинене творче мислення, яке наділяє їх здатністю до нестандартного розв'язання проблем та швидкого пристосування до ситуацій.

Нині відбувається збільшення числа молоді, що прокрастинує. За даними, від 80 до 95% студентів вищих навчальних закладів час від часу прокрастинують, а приблизно 75% з них вважають себе «хронічними прокрастинаторами» і майже 50% студентів відкладають важливі справи систематично. Існує стереотипне уявлення прокрастинації, як про негативне явище, яке відображається у вивченні зв'язку творчого мислення та прокрастинації. Зв'язок цих проявів, є недостатньо дослідженим та вивчається як вплив прокрастинації на творчість, в основному зарубіжними авторами. Наявні теоретичні дані відображають неоднозначне ставлення вчених до проблеми впливу прокрастинації на творче мислення.

Метою нашого дослідження є аналіз та емпіричне дослідження психологічних особливостей впливу рівня прокрастинації на творче мислення студентів. Гіпотеза ґрунтується на припущенні, що рівень прокрастинації особистості впливає на рівень творчого мислення.

Теоретико-методологічну основу досліджень складають праці таких дослідників, як В. Барабанщикова, Я. Варваричева, Н. Вишнякова, Е. Ільїн, К. Лей, Н. Мілгам, М. Спада, П. Стіл, К. Тейлор, Е. Тунік, Е. Торенс, Б. Ферні, М. Холодна та інші.

Зв'язок творчого мислення та прокрастинації вивчався різними дослідниками з використанням різних підходів. Деякі з них вважають, що прокрастинація може негативно позначитися на творчості з двох причин. По-перше, дослідження постійно показують, що прокрастинація здійснює негативний вплив на успішність. При цьому академічна успішність позитивно пов'язана з творчістю, вважається, що прокрастинація завдає шкоди творчій діяльності. По-друге, тривога, що є наслідком прокрастинації, погіршує творчий потенціал. Зокрема, дослідження показали, що прокрастинація позитивно корелює з тривогою, тривожні люди, схильні до низьких показників в дивергентному мисленні, індекс якого широко використовується в дослідженнях творчості. Отже, припустимо, що прокрастинація побічно шкідлива для творчості через занепокоєння [1].

Інші дослідники виявили, що прокрастинація позитивно пов'язана з творчістю так як допомагає людям мати у розпорядженні більше часу для інкубації. Відкладання завдань протягом деякого часу, сприяють віддаленому об'єднанню ідей, отже, люди з великою ймовірністю будуть генерувати нові відповіді [3].

Крім того, Діас-Моралес і його колеги показали, що сприятливий вплив прокрастинації на творчість може бути пов'язаний з перевагою образотворчого мислення. Вони вивчили вплив мотивуючих, когнітивних і поведінкових стилів особистості на відкладання завдань. Люди відчувають, що їм не вистачає компетенції для виконання завдання, тому відкладають його «на потім». Аналіз 1027 самозвітів дорослих людей показав, що прокрастинатори з високим рівнем зволікання отримали більш високі оцінки.

Британські психологи Б. Ферні і М. Спаду зробили висновок, що прокрастинація стимулює креативність особистості, тобто особа здатна створити більш оригінальну ідею, відкладаючи розв'язання проблемної ситуації на потім.

Б. Ферні і М. Спаду провели дослідження і встановили, що прокрастинатори часто звертаються до використання позитивних і негативних настанов для подолання стресу. До позитивних настанов вдаються творчі прокрастинатори. Ферні і Спаду вважають, що складні рішення необхідно приймати без поспіху [3]. Це збільшує не тільки якість розв'язання проблемної ситуації, а й швидкість прийняття правильного

рішення. Врахування всіх можливих аспектів ситуації дозволяє прийняти людині таке рішення, з яким не доведеться повертатися до процесу вирішення знову. Прокрастинатор, як і будь-яка інша людина, відкладає виконання тільки тих видів діяльності, які можна відкласти. В екстремальній ситуації навіть хронічні прокрастинатори будуть вельми спритні і проявляти досить високі швидкісні характеристики в процесі прийняття рішення [2].

Чимало прикладів в історії, коли відомі творчі люди вирізнялися яскраво вираженою прокрастинацією. Сучасники відзначали їх схильність до ліні і розслабленість, але їх високопродуктивна творча діяльність навряд чи може поєднуватися з недоліком вольових зусиль. Ймовірно, вони реагували прокрастинацією на ситуації, від швидкості вирішення яких мало що залежало в їх творчому житті. Ті аспекти життєдіяльності, які здавалися неважливими і необов'язковими, чи не мотивували їх до творчості. Тому вони відкладали вирішення проблем. Ще однією причиною зв'язку прокрастинації і творчості є прагнення довести творчий продукт до еталону. Еталон найчастіше є варіативним внутрішнім стандартом, і тому особа змушена відкладати остаточне завершення творчого продукту, тому що уявлення ідеального результату в ході творчої роботи постійно змінюється. Тому багато відомих витворів мистецтва створювалися довше, ніж це замислювалося. Багато з них взагалі не були заєршеними.

Прокрастинація творчої особистості і не творчої відрізняються за своєю метою тому, що використовуються по-різному. Творча особистість розглядає прокрастинацію як потенціал розвитку, а не творча особистість як перешкоду для самостановлення. Прокрастинація може заважати творчій особистості в тому випадку, якщо не сформована креативна ідентичність, що дозволяє інтегрувати всі особистісні ресурси для творчої діяльності. Саме креативна ідентичність формує позитивне ставлення до прокрастинації як стратегії творчого вирішення проблемної ситуації [3].

У творчих людей, на наш погляд, прокрастинація є не просто зволіканням виконання завдання. Ми вважаємо, що в період прокрастинації, творча особистість вже приступила до виконання завдання, яке є латентним, хоча в поведінковому плані особистість може бути зайнята справами, лише побічно пов'язаними із завданням – робота вже проводиться. Це свого роду креативна прокрастинація – приховане виконання роботи при зовнішньому абстрагуванні від завдання і вираженій прокрастинаційній поведінці. Творчість у даному випадку – це спосіб відкладання без негативних переживань і почуття тривоги. Наприклад, студенту дали завдання підготувати доповідь з презентацією на задану тематику, а студент почав приділяти час оформленню, дизайну презентації, вибору шрифту тощо. Тим самим, створюючи відчуття діяльності, але довго не переходячи до остаточного результату. Напевно, слід виокремити новий вид прокрастинації – «творча прокрастинація» або «креативне зволікання» – ситуація в якій простежується креативне зволікання, під виглядом креативної діяльності.

Ураховуючи вищевикладене, ми вважаємо за важливе підкреслити, що існує зв'язок між прокрастинацією і творчим мисленням. Різними авторами цей зв'язок розглядається як вплив прокрастинації на творчість. Також слід зазначити, що одні автори розглядають негативний, а інші позитивний вплив прокрастинації на творчість.

До негативних відносять: 1) успішність, при цьому академічна успішність позитивно пов'язана з творчістю; 2) прокрастинація завдає шкоди творчій діяльності; 3) тривога як наслідок прокрастинації погіршує творчий потенціал.

У позитивному впливі можна розглядати такі аспекти: 1) прокрастинація дозволяє мати більше часу для інкубації, отже, люди з великою ймовірністю генерують нові ідеї; 2) позитивний зв'язок відображається в перевазі стилю образного мислення; 3) перевагу у виборі позитивних настанов для боротьби зі стресом.

Прокрастинація розглядається нами, як психологічний патерн поведінки, що характеризується ірраціональним зволіканням суб'єктом запланованих дій або прийняття рішень, який супроводжується негативними емоційними переживаннями.

Прокрастинація, як і творчість, не має чіткого визначення, тому була розглянута з точок зору різних концепцій, які сходяться на тому що, по-перше, прокрастинація пов'язана з невирішеними внутрішніми конфліктами, травмами; по-друге, з емоційними станами, ірраціональним підходом а інфантильністю. Ці чинники добре корелюють з поняттям творчості, тому що всі творчі люди сповнені протиріч.

Аналіз літератури показав, що прокрастинація впливає на творчу діяльність, а, отже, можна припустити, що люди з більш високим рівнем прокрастинації мають більш високий рівень творчості.

Вивчивши теоретичні дані прокрастинації, творчого мислення та їх зв'язок, ми сформували вибірку у кількості 68 осіб, провели емпіричне дослідження, підібравши діагностичний матеріал з метою встановити рівень прокрастинації та творчого мислення у студентів, а також з'ясувати який вплив здійснюється на рівень творчого мислення в залежності від рівня прокрастинації особистості. Нами були використані такі методики: шкала загальної прокрастинації К. Лей, шкала прокрастинації Такмена, опитувальник самооцінки творчих характеристик особистості Е. Тунік, тест творчого (дивергентного) мислення Ф. Вільямса.

Також нами була використана описова статистика результатів за методиками «Шкала загальної прокрастинації К. Лей» та «Шкала прокрастинації Такмена», результати представлені у таблиці 1.

Виходячи з цього, мінімальне значення прокрастинації за методикою «Шкала загальної прокрастинації К. Лей» склало 30, максимальне – 73. Середній же показник дорівнює 49 з відхиленням 10,8. За шкалою ж прокрастинації Такмена мінімум дорівнює 29, максимум – 60, середнє арифметичне склало 43, стандартне відхилення 8,38. Найбільш часто зустрічається значення по шкалі К. Лей (мода) 44; медіана – 46,5, по шкалі Такмена 44 і 43 відповідно. Показники асиметрії і ексцесу виявилися нижче рівня значущості, що свідчить про нормальність розподілу і можливості використання параметричних критеріїв при аналізі даних.

Таблиця 1

Описова статистика результатів за методиками «Шкала загальної прокрастинації К. Лей» та «Шкала прокрастинації Такмена»

Параметр	Значення	
	Шкала К. Лей	Шкала Такмена
Мінімум	30	29
Максимум	73	60
Середнє арифметичне	49	43
Медіана	46,5	43
Мода	44	44
Стандартне відхилення	10,8	8,38
Дисперсія	120,27	71,41
Асиметрія	-0,25	-0,25
Ексцес	0,76	0,36

Далі нами були встановлені рівні прокрастинації за шкалою загальної прокрастинації К. Лей та шкалою прокрастинації Такмена. В результаті дослідження загального рівня прокрастинації було виявлено, що у студентів переважає середній рівень загальної прокрастинації. Аналіз результатів представлений на рис. 1.



Рис. 1. Розподіл студентів за рівнем прокрастинації (у відсотках).

Відповідно до інтерпретації результатів за шкалою К. Лей, до групи з низьким рівнем прокрастинації можна віднести 30 досліджуваних – результати менше 45 балів. До середнього рівня відносяться 33 досліджуваних – результати яких знаходяться у проміжку від 46 до 65 балів, до високого рівня – 5 досліджуваних. Результати на рисунку представлені у відсотковому відношенні. За шкалою Такмена низький рівень прокрастинації виявлено у 31 особи, середній – у 35 та високий у 2 осіб.

За допомогою дисперсійного аналізу даних та коефіцієнту лінійної кореляції отриманих даних по методикам «Шкала загальної прокрастинації К. Лей» та «Тест творчого (дивергентного) мислення Ф. Вільямса», ми встановили як рівень прокрастинації впливає на рівень творчого мислення.

А саме, за даними отриманих обчислень методом найменших квадратів визначимо параметри a_1 та a_0 :

$$a_1 = \frac{\sum(Y_i - \bar{Y})(X_i - \bar{X})}{\sum(X_i - \bar{X})^2}$$

$$a_0 = \bar{Y} - a_1 \bar{X}$$

$$a_1 = 0,14$$

$$a_0 = 60,8$$

Таким чином модель зв'язку рівня прокрастинації та творчого мислення матиме вигляд:

$$y = 0.14x + 60.8$$

Обчислимо щільність зв'язку між рівнем прокрастинації та творчим мисленням для цього скористаємось коефіцієнтом кореляції:

$$r = \frac{\frac{1}{n} \sum (Y_i - \bar{Y})(X_i - \bar{X})}{\sqrt{\frac{1}{n} \sum (X_i - \bar{X})^2} \sqrt{\frac{1}{n} \sum (Y_i - \bar{Y})^2}} = \frac{\frac{1}{68} 1173.764}{\sqrt{\frac{1}{68} 8058.2353} \sqrt{\frac{1}{68} 11481.659}} = 0.122$$

Коефіцієнт кореляції показує що існує прямий ($r > 0$) слабкий зв'язок рівня прокрастинації та творчого мислення.

Перевіримо модель на адекватність реальній дійсності за допомогою коефіцієнта детермінації:

$$R^2 = r^2 = 0,14.$$

Отже, модель залежності рівня прокрастинації від творчого мислення є адекватною.

Використовуючи критерій лінійної кореляції Фішера з надійністю $p=0,95$ оцінимо адекватність прийнятої моделі експериментальним даним при ступенях вільності 1 та 11 та рівні значущості 0,05 критичне значення $F_{кр} = 4,84$. Оскільки $F_{(1,11)} > F_{кр}$ то модель адекватна експериментальним даним. Отже, рівень прокрастинації особистості впливає на рівень творчого мислення, що підтверджує нашу гіпотезу (див. рис. 2).

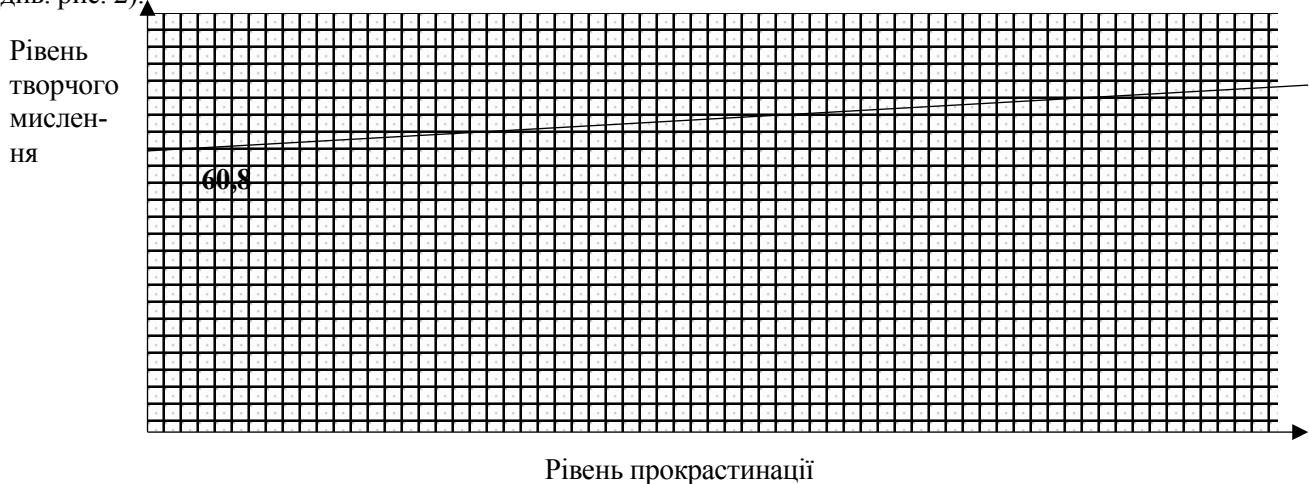


Рис. 2. Графік лінійної залежності впливу рівня прокрастинації на рівень творчого мислення.

Аналіз результатів дослідження дозволяє стверджувати, що на рівень творчого мислення здійснює прямий вплив феномен прокрастинації, тому відповідно особи з вищим рівнем прокрастинації більш схильні до креативності та творчого підходу під час розв'язання питань чи виконання завдань.

Після виявлення залежності впливу рівня прокрастинації на рівень творчого мислення, ми порівняли дані «Опитувальника самооцінки творчих характеристик особистості Е. Тунік» та рівень загальної прокрастинації студентів. Опитувальник містить 4 фактори: допитливість, уява, складність та схильність до ризику. Так, наприклад, суб'єкт з вираженою допитливістю постійно шукає нові шляхи (способи) мислення, шукає різні можливості розв'язання завдань, приділяє увагу пошуковій та дослідницькій діяльності, щоб пізнати якомога більше інформації. Суб'єкт з розвинутою уявою багато часу приділяє фантазіям про те, як будуть вирішуватись проблеми, втрачаючи час на безпосереднє вирішення. Суб'єкт, орієнтований на пізнання складних явищ, виявляє цікавість до складних завдань і ідей, пропонує надто складні шляхи вирішення проблеми, ніж це здається необхідним. Схильність до ризику виявляється в тому, що продуктивність суб'єкта буде кращою тоді, коли існує пряма загроза, саме в той момент активізується його потенціал до дії. Результати дослідження факторів представлені у таблиці 2.

В результаті аналізу отриманих даних можна зазначити, що студентам з низьким рівнем прокрастинації притаманні такі характеристики, як допитливість та орієнтація на більш складні завдання. Тобто, такі особистості зазвичай обирають завдання підвищеної складності, досліджують питання детально з усіх сторін, намагаються виконати завдання вчасно та з найбільшим коефіцієнтом продуктивності. Водночас вони не схильні до ризику та фантазування, завдання виконують чітко за правилами та планом.

Результати «Опитувальника самооцінки творчих характеристик особистості Е. Тунік» та рівень загальної прокрастинації студентів

Фактор	Низький рівень прокрастинації	Середній рівень прокрастинації	Високий рівень прокрастинації
Допитливість	81%	53%	40%
Уява	15%	59%	80%
Складність	76%	39%	20%
Схильність до ризику	10%	69%	100%
Частота прояву фактору			

Студенти, які входять до групи з середнім рівнем прокрастинації майже в однаковій мірі схильні до використання усіх факторів. З таблиці видно, що схильність до ризику та фантазії отримали більшу перевагу ніж допитливість та складність завдання, це може вказувати на те, що перші два фактори грають відволікаючу роль та витрачають час. Студенти з цієї групи частіше уникають складних завдань та схильні до невчасного виконання завдання.

Отримані дані групи з високим рівнем прокрастинації вказують на те, що студенти витрачають значну частину часу на такий фактор, як уява або фантазування, відповідно вони й схильні до ризику через брак часу. Зазвичай такі особистості спеціально провокують ситуацію дефіциту часу для виконання завдання, адже лише з відчуттям напруги у них мобілізуються здібності та бажання виконати відкладену роботу. Також такий фактор як фантазування часто використовується для образного моделювання вирішення завдання, тобто планування без практичних дій. Характеристикою студентів з високим рівнем прокрастинації є те, що вони не обирають дуже складні завдання.

Отже, нами було встановлено таку закономірність: студентам з високим рівнем прокрастинації властиві такі фактори як схильність до ризику та фантазування; студенти з низьким рівнем частіше обирають такі фактори, як допитливість та складність завдання; а студенти з середнім рівнем прокрастинації в однаковій мірі схильні до використання усіх факторів.

Здійснене дослідження не вичерпує, звісно, повною мірою всіх аспектів означеної проблеми. Його результати дозволяють визначити деякі напрями подальших досліджень: дослідити та класифікувати конкретні операційні критерії прокрастинації та їх емпіричне обґрунтування; розробити алгоритми профілактики феномену прокрастинації.

Література

1. Варваричева Я.И. Исследование связи прокрастинации, тревожности и IQ у школьников / Я.И.Варваричева // Материалы докладов XV Междунар. конф. студентов, аспирантов и молодых ученых «Ломоносов» / отв. ред. И.А. Алешковский, П.Н. Костылев. [Электронный ресурс]. URL: http://psy.msu.ru/science/conference/lomonosov/2008/theses/18_2.pdf
2. Варваричева Я.И. Феномен прокрастинации: проблемы и перспективы исследования / Я.И.Варваричева // Вопросы психологии. – 2010. – № 3. – С. 121-131.
3. Мотрук Т. О., Стеценко Д. В. Прокрастинація як інгібітор розвитку успішної особистості / Т. О. Мотрук, Д.В. Стеценко // Актуальні питання сучасної психології: Матеріали I Всеукраїнської науково-практичної конференції студентів, аспірантів і молодих вчених (Суми, 15 травня 2014 р.). – Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2014. – С. 292-297.

References

1. Varvaricheva Ya.I. Issledovanie svyazi prokrastinacii, trevozhnosti i IQ u shkolnikov / Ya.I.Varvaricheva // Materialy dokladov XV Mezhdunar. konf. studentov, aspirantov i molodyh uchenyh «Lomonosov» / отв. red. I.A. Aleshkovskij, P.N. Kostylev. [Elektronnyj resurs]. URL: http://psy.msu.ru/science/conference/lomonosov/2008/theses/18_2.pdf
2. Varvaricheva Ya.I. Fenomen prokrastinacii: problemy i perspektivy issledovaniya / Ya.I.Varvaricheva // Voprosy psihologii. – 2010. – № 3. – S. 121-131.
3. Motruk T. O., Stetsenko D. V. Prokrastynatsiia yak inhibitor rozvytku uspishnoi osobystosti / T. O. Motruk, D.V. Stetsenko // Aktualni pytannia suchasnoi psykholohii: Materialy I vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii studentiv, aspirantiv i molodykh vchenykh (Sumy, 15 travnia 2014 r.). – Sumy: Vyd-vo SumDPU imeni A. S. Makarenka, 2014. – S. 292-297.