

ПРОКРАСТИНАЦИЯ СТУДЕНТОВ ВЫСШЕЙ МЕДИЦИНСКОЙ ШКОЛЫ: ДЕОНТОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ

Алтайский государственный медицинский университет, г. Барнаул

Ишита Саксена

Научный руководитель: к. фил. н., доцент Кочетова Ю. Ю.

Кафедра философии

Современное индустриальное общество диктует нам жесткие требования к специалистам любой сферы деятельности, и на сегодняшний день это становится причиной постоянной мобилизации имеющихся у нас ресурсов, что влечет за собой повышенное напряжение, волнение и выгорание. Именно в таких условиях велика вероятность проявления такого негативного феномена как прокрастинация (склонность откладывать дела, приводящая к психологическим проблемам).

Как известно, активное формирование профессиональных навыков происходит именно в период обучения в университете. Поэтому проблема прокрастинации имеет важное значение, т. к. является фактором успешного учебного процесса. Ее негативное влияние может распространяться как на психологическое благополучие, так и на отношение к самому себе [1, 2]. Стоит отметить, что в большинстве случаев возникновение прокрастинации становится промежуточным звеном порочного круга, включающего следующие элементы:

1. Чрезмерное напряжение.
2. Выгорание.
3. Прокрастинация.
4. Нерациональное распределение времени.
5. Осложнение личностной самореализации, что приводит к напряжению и чувству вины за упущенные возможности.

В данной работе обращается особое внимание на мотивы преодоления прокрастинации и первопричины ее возникновения у студентов 1 курса медицинского университета, с целью своевременной коррекции образовательного процесса и повышения его эффективности.

Материалы и методы

Для выявления мотивов прокрастинации в учебной деятельности студентов был разработан опрос, включающий открытый и закрытый тип вопросов. Выборка респондентов представлена студентами Алтайского государственного медицинского университета, обучающихся на 1 курсе в количестве 126 человек.

Результаты и обсуждение

Диагностика академической прокрастинации и учебной мотивации студентов показала, что 77% студентов посвящают подготовке к учебным занятиям более 3 часов в день, при этом большинство из них говорит о частом превышении указанного времени до уровня 6-8 часов в день.

На вопрос «Как вы считаете, умеете ли вы планировать свою деятельность?» 74,6% респондентов ответили положительно, 51,6% из них допускают мысль о том, что порой им это не всегда удается.

Что же заставляет современных студентов преодолевать свою лень и уделять столь значительное время своей учебной деятельности? Наиболее распространенным ответом (66,7%) стала необходимость подготовки для успешного окончания вуза, поскольку, как известно, выпускные экзамены реализуют проверку всех необходимых для дальнейшей деятельности специалиста общих и профессиональных компетенций. 42,9% студентов усердно готовятся, благодаря интересу к преподаваемым дисциплинам. После поступления в медицинский вуз студенты погружаются в совершенно новую среду и изучаемые дисциплины не исключение, и именно в первый год обучения мы можем наблюдать яркое проявление в качестве фактора мотивации интерес обучающихся.

Часть респондентов (24,6%) хотели бы быть успешными не только относительно себя, но и быть лучшим среди остальных, при этом некоторые из них (3,2%) отмечают желание быть хорошим специалистом.

Уже на 1 курсе более 50% студентов говорят об отсутствии свободного времени, которое они могли бы уделить хобби, поэтому свои свободные часы они, как правило, посвящают сну и общению с родными. Вполне ожидаемо, что 80,9% обучающихся медицинского вуза часто испытывают лень. Для преодоления прокрастинации большинству студентов помогает желание самосовершенствоваться, реализовывать свой потенциал и желание преуспевать в учебе (34,9% и 31,7% соответственно). Такое распределение результатов говорит нам о достаточно выраженном стремлении студентов быть успешными и владеть всем необходимым для хорошей успеваемости уровнем знаний.

Примечательно то, что на фоне интереса к преподаваемым дисциплинам 51,6% студентов часто отвлекаются на другие дела при выполнении заданий и лишь 4,8% с увлечением и усердием выполняют свою работу. На вопрос: «Вам выдали новое задание, ограничив сроки выполнения. Когда Вы приступите к нему?» 50,8% студентов выбрали вариант ответа «спустя время», а 21,4% предпочитают выполнять задание накануне сроков сдачи.

Все это позволяет сделать вывод о безусловной зависимости между вовлеченностью в образовательный процесс и прокрастинацией. Студентам предлагалось ответить на следующий вопрос: «Когда у Вас что-то не получается, как Вы себя ощущаете?». Большинство из них (49,2%) несомненно расстраиваются, но духом не падают, 32,5% злятся, но пробуют до тех пор, пока не получают желаемый результат, а 18,2% респондентов ощущают свою беспомощность, им жаль потраченные силы и время.

Заключение

Анализ полученных результатов позволяет предположить, что наиболее существенной проблемой среди студентов 1 курса является не что иное, как недостаток отдыха и времени для внеучебной деятельности.

Общая картина относительно прокрастинации студентов выглядит следующим образом:

- подавляющая часть студентов демонстрирует присутствие прокрастинации в ходе учебной деятельности;

- при достаточно хорошей успеваемости, прокрастинация в данном случае может быть объяснена особенностями процесса обучения, а именно: его высокой интенсивностью, строго регламентированными дедлайнами, усиленным формированием повышенной ответственности и, как следствие, высокими требованиями в рамках сдачи изученного материала.

Таким образом, можно точно сказать, что причины появления прокрастинации не связаны с личностными особенностями студентов и являются лишь проявлениями такого копинг-механизма, как дистанцирование, иными словами – защитной реакции на достаточно большой объем нагрузки. В таких условиях обучающиеся, как правило, оттягивают момент выполнения работы и идут по пути «откладывания дел на потом», но в противовес этому, ответственность, присущая студентам медицинского вуза становится пусковым механизмом для выполнения полученных заданий.

Несмотря на хороший уровень успеваемости, наличие прокрастинации по-прежнему остается отрицательным моментом, поскольку приводит к физическим и психологическим перегрузкам. Весь объем времени, которым располагают студенты, чаще всего уходит лишь на подготовку заданий и изучение материала и совершенно отсутствует свободное время, необходимое для их внеучебной деятельности, что совершенно не характерно для людей молодого возраста.

Рациональное соотношение учебной и внеучебной деятельности способствует личностному становлению и развитию базовых навыков. В связи с этим требуется более осмысленный подход к планированию времени, потому как несмотря на уверенность студентов в умении распределять свое время, наличие прокрастинации говорит нам о его неправильном использовании.

В качестве рекомендации выступает более детальное знакомство с общим учебным планом на год и с планом отдельных дисциплин, с указанием периода проведения контрольных точек и сроков сдачи работ. Это позволит студентам заблаговременно определить объем работы в конкретные периоды обучения и уже исходя из этого выстраивать график своей деятельности вне стен учебных аудиторий.

Список литературы:

1. Ляпина С.С., Баринова О.Г. Взаимосвязь академической прокрастинации, психических состояний и успеваемости студентов-медиков. *Scientist (Russia)*. 2022; 1(19): 43-47. – EDN VWIGTU.
2. Ляпина С.С., Баринова О.Г. Место и роль стресса в динамике психических состояний студентов-медиков с высоким уровнем академической прокрастинации. *Scientist (Russia)*. 2022; 4(22): 8. – EDN XJCGOV.

Как цитировать:

Ишита Саксена. Прокрастинация студентов высшей медицинской школы: деонтологический аспект. Материалы IX итоговой конференции НОМУИС. Барнаул. Scientist. 2023; 4 (26): 232-236.
