

О Т З Ы В

официального оппонента, доктора психологических наук, доцента, профессора кафедры общей и педагогической психологии Гуманитарного института Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Владимирский государственный университет имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых» Зобкова Александра Валерьевича на диссертацию Рудновой Натальи Александровны «Индивидуально-личностные предикторы прокрастинации в разные периоды взрослости», представленной на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.13 – психология развития, акмеология (психологические науки)

Рассматриваемая *диссертация представляет собой самостоятельное, актуальное научное исследование*, посвященное изучению индивидуально-личностных характеристик прокрастинации в различные возрастные периоды и ее (прокрастинации) влияния на такие сферы жизнедеятельности как учебная деятельность, сфера здоровья и сфера социального взаимодействия посредством онлайн-платформ (социальных сетей).

Сравнительно недавно научное психологическое сообщество обратило свой взор на проблему прокрастинации в попытках вскрыть ее психологические механизмы, объяснить причины возникновения, раскрыть динамические особенности, связанные с ней закономерности, в том числе и возрастные, создать общий теоретический конструкт прокрастинации, типологию, изучить частные связи и закономерности. Накопленное множество часто противоречивых данных пока не позволяет сколь-нибудь однозначно ответить на поставленные вопросы. Вместе с этим проблема «откладывания на потом» осознается и обществом, создающим запрос на преодоление прокрастинации, ее профилактику, и психологической практикой, призванной решать такие запросы. В этой связи интерес к проработке проблемы прокрастинации в настоящее время только растет. Достаточно посмотреть количество публикаций по этой теме в отечественных и зарубежных научных журналах по психологии за последние 5 лет: web of science – более 450 уникальных публикаций, scopus – более 300, НЭБ – более 170.

Тем не менее, проблема пока далека от решения и исследователи, в основном, стремятся решить частные стороны этой проблемы – внешние связи (с убеждениями, перфекционизмом, успешностью деятельности и мн. др.), а не внутренние. Представленная на рецензирование работа также затрагивает ряд из этих частных вместе с попыткой раскрыть общие индивидуально-личностные характеристики прокрастинации, которые, в том числе, должны составлять ее внутреннюю сущность. Вместе с тем автор нашла ту грань проблемы, которая почти не затронута исследованиями – характеристики прокрастинации в различные возрастные периоды, что делает работу особенной в решении проблемы прокрастинации. Вышесказанное однозначно определяет работу как **актуальную**.

Структура и содержание диссертации соответствует поставленным цели и задачам, отражает полученные в процессе исследования результаты.

Работа состоит из введения, трех глав, включающих в себя пятнадцать параграфов с восемью подпараграфами, выводов, заключения, списка литературы (162 источника на русском языке и 115 – на иностранном языке) и приложений. Работа содержит 21 таблицу и проиллюстрирована 7-ю рисунками. Всего 187 страниц, из которых 27 страниц – приложения.

Во *введении* обосновывается актуальность темы диссертационного исследования, в которой автор больше внимания уделяет самому понятию прокрастинации и не совсем современным количественным данным прокрастинирующих людей, нежели описанию актуальности темы исследования; раскрывается актуальность собственной работы, которую должны оценивать эксперты, а не автор; представлено состояние научной разработанности проблемы исследования; поставлена цель исследования; указаны объект исследования и предмет, который почему-то сформулирован через предположение («... как возможные черты прокрастинации», стр. 8), хотя предмет должен быть строго определенной частью объекта; выдвинута теоретическая (в терминологии автора) гипотеза, представляющая из себя общую гипотезу исследования и эмпирические – частные гипотезы, четвертая из которых, видимо, довольно не корректно сформулирована (стр. 9): саморегуляция характеризует низкий уровень прокрастинации, а если учесть, что саморегуляция деятельности как сложное субъектное динамическое образование присуще всем ее субъектам, то подобное предположение выглядит странно и здесь, возможно, речь должна идти об уровне развития саморегуляции; определены главные задачи исследования; описаны его теоретико-методологические основания; указаны методы исследования, но не понятно на какую их классификацию опирается автор, проигнорировав теоретические методы, тем более, что в терминологии автора в работе содержится теоретическая гипотеза; приведены этапы

исследования; описана внушительная выборка исследования; обоснована достоверность полученных результатов, научная новизна, теоретическая и практическая значимости; сформулированы положения, выносимые на защиту; раскрыто соответствие работы паспорту научной специальности; приведена апробация результатов исследования; содержатся сведения об объеме и структуре диссертации.

В целом, даже приняв во внимание обозначенные недочеты, цель, объект и предмет не противоречивы. Общая и частные гипотезы соответствуют цели и задачам исследования. Методы исследования позволяют решить поставленные задачи, адекватны теоретико-методологическим основам; этапы исследования четко соотнесены с содержанием работы. Научная новизна в работе, несомненно, присутствует, но вызывает удивление первый абзац ее описания автором (стр. 12), в котором говорится, что прокрастинация *впервые* рассматривается в возрастном аспекте, при том, что автор посвятил раскрытию возрастных характеристик прокрастинации подпараграф 1.3.1 третьего параграфа первой главы. Да, работ, посвященных различным возрастным аспектам прокрастинации очень мало, но они есть. Другое дело, что новизна здесь будет заключаться в данных, полученных автором по периоду зрелости и в целом в данных относительно Российской выборки. Теоретическая и практическая значимость работы не вызывает сомнений.

Первая глава «Теоретико-методологический обзор проблемы прокрастинации» состоит из пяти параграфов, в которых последовательно раскрываются исторические подходы к рассмотрению проблемы прокрастинации, современные подходы, направления изучения феномена прокрастинации, ее роль в отдельных сферах жизни, делается обобщение в части постановки проблемы.

Здесь автор, опираясь на отечественные и зарубежные исследования, осуществляет тщательный разбор психологического феномена прокрастинации, уделяя особое внимание исследованиям, посвященным тем характеристикам и связям прокрастинации, на которые направлено эмпирическое исследование: роли индивидуальных (возраст, пол), личностных особенностей (диспозиции, мотивация, перфекционизм), субъектных (саморегуляция) в проявлениях прокрастинации, роли самой прокрастинации в изучаемых автором сферах жизни: учебная деятельность, здоровье, социальные сети. Опираясь на проведенный теоретический обзор в соответствии с параграфами главы автор отмечает собственное понимание рассматриваемых аспектов прокрастинации, отмечает пробелы и недоработки в имеющихся исследованиях, которые предлагает устранить посредством своей работы. С уверенностью можно сказать, что в первом

параграфе автором проделана серьезная работа, в особенности касательно анализа зарубежных исследований по рассматриваемой проблеме, что следует отметить с положительной стороны.

Вместе с тем первая глава не раскрывает построение теоретического конструкта исследования. Складывается впечатление, что автор приступил к работе с уже готовым в своей голове теоретическим конструктом, по которому просто делает обзор. Как этот конструкт получен – не понятно. Почему автор, неоднократно указывая на роль самооценки в прокрастинации (например, на стр. 21), не рассматривает ее в качестве предиктора (между тем наши исследования показывают ее ведущую роль в саморегуляции деятельности, связь с которой автор изучает), забывает о волевом компоненте личности, эмоциональном компоненте деятельности (рассматривая только эмоциональность как диспозицию личности)? Аналогично обстоят дела и с рассматриваемыми сферами жизни, которые приведены как данность, в лучшем случае с пояснениями в том, что это сейчас изучается, актуально.

Также хочется отметить то, что параграф 1.5 представляет из себя просто выводы по первой главе, как их и следовало бы назвать. Считаю лишним повторение значительной части введения в концовке данного параграфа.

В целом проведенный теоретический анализ раскрывает понимание автором сущности изучаемого феномена и объясняет значимость эмпирического исследования в части названных предикторов.

Вторая глава посвящена организации эмпирического исследования. В параграфе 2.1 приведены этапы исследования, более подробно описана выборка, которая разбита по возрастным группам. Вместе с тем, как уже отмечалось выше, хотелось бы более подробного описания базы исследования и социально-демографических характеристик выборки, которые могли бы быть существенны при интерпретации результатов.

В параграфе 2.2 перечисляется психодиагностический инструментарий с описанием направленности методик и оценкой уровня надежности как внутренней согласованности методик.

В параграфе 2.3 представлен математико-статистический инструментарий исследования: корреляционный анализ по Пирсону, иерархический регрессионный анализ и дисперсионный анализ. Почему-то автор не отметил используемым им кластерный анализ, позволивший осуществить разбиение выборки на группы по уровню прокрастинации и t-критерий Стьюдента, которым автор оценивала значимость различий в уровне прокрастинации по полу (стр. 109).

Третья глава раскрывает результаты исследования.

В первом параграфе третьей главы выявляются особенности взаимосвязи прокрастинации с личностными диспозициями и выстраиваются иерархические регрессионные модели, позволяющие на статистически значимом уровне достоверности оценить вклад диспозиции в прокрастинацию, тем самым наделяя ее предсказательным свойством с учетом совокупности черт и в отдельности. Результаты вызывают доверие. Отдельно хочу подчеркнуть превосходную интерпретацию автором результатов и их обсуждение не только в первом параграфе, но и во всей третьей главе. Здесь же отмечу и недоработки по оформлению – о какой группе идет речь в описании результатов приходилось догадываться, исходя из ее количественного состава (N), а когда количественный состав стал меняться (в главе 3.2 и далее), то стал неясен и возрастной состав группы описываемых результатов.

В параграфе 3.2 представлены результаты определения взаимосвязи прокрастинации и перфекционизма. Представление и анализ результатов выполнен по той же схеме, что в параграфе 3.1.

В параграфе 3.3 изучался вклад мотивационных характеристик в прокрастинацию для разных возрастных групп: учебная и профессиональная мотивация. Интересны результаты, показывающие, что в контексте учебной мотивации возраст не имеет значимого вклада (собственно, за возрастом стоит курс обучения) – студенты прокрастинируют независимо от курса обучения, что соотносится с нашими исследованиями саморегуляции учебной деятельности, в которых было показано, что большинство студентов идут по пути безынициативно-исполнительного типа саморегуляции, по сути, осуществляя «навязанную» преподавателями деятельность без собственной активной позиции, оттягивая ее выполнение как можно дальше. Здесь же автор интерпретируя результаты вклада профессиональной мотивации пишет, что «когда человек получает удовольствие от процесса обучения, труда, им движет искреннее любопытство, стремление к саморазвитию, ощущение собственной компетентности ... он стремится выполнять все в срок», что также раскрывает тесную связь прокрастинации с саморегуляцией деятельности, которой автор посвятил параграф 3.4.

В этом параграфе по той же схеме с применением корреляционного и регрессионного анализа автор описывает саморегуляционные предикторы прокрастинации. Здесь вполне логично получается отсутствие предсказательной силы прокрастинации (в модели, учитывающей все показатели саморегуляции) у таких показателей саморегуляции деятельности как планирование, гибкость и самостоятельность.

Положительно отмечу, то, что, обсуждая результаты, автор уделяет внимание сравнению собственных результатов с результатами других

исследователей и делает выводы об их подтверждении, опровержении или получении новых данных.

В параграфе 3.5 автор представляет обобщенную регрессионную модель, которая включает в себя всю совокупность ранее описанных индивидуально-личностных характеристик. Здесь особый интерес представляет то, что возраст дает отрицательный вклад в уровень прокрастинации (что было ожидаемо), за исключением той, которая содержит переменную «перфекционизм».

Очень удачным не только с точки зрения полученных результатов, но и с точки зрения их представления, оказался параграф 3.6, в котором приводятся возрастные особенности прокрастинации и посредством однофакторного дисперсионного анализа устанавливаются возрастные различия в группах с высоким и низким уровнем прокрастинации. По значительной части переменных эти различия достоверны и заметна тенденция к выравниванию уровня прокрастинации в старшей возрастной группе по ряду переменных.

Параграф 3.7 посвящен рассмотрению прокрастинации в различных сферах жизни. В подпараграфе 3.7.1 изучается взаимосвязь прокрастинации со сферой учебной деятельности, которую автор, почему-то, подменяет учебной успеваемостью (по названию подпараграфа), дополняя учебной мотивацией. Выделяется логичная обратная взаимосвязь между успеваемостью и прокрастинацией ($p \leq 0.05$). В 3.7.2. выстраивается регрессионная модель влияния на общение в социальных сетях саморегуляции деятельности и прокрастинации. Показано, что в этом случае прокрастинация сама выступает в качестве предиктора интенсивности использования социальных сетей. В 3.7.3. – аналогичное исследование, посвященное сфере здоровья. Показаны негативные последствия в этой сфере в связи с высокой прокрастинацией.

В диссертации сделаны общие выводы по главе и в завершении дано заключение, в котором хотелось бы познакомиться с мыслями автора по дальнейшей проработке проблемы в связи с полученными результатами, однако они не приводятся.

В целом диссертация Н.А. Рудновой может быть признана целостным, завершенным самостоятельно выполненным исследованием, характеризующим автора как квалифицированного специалиста-исследователя. Работа содержит основные содержательные аспекты законченного исследования уровня кандидатской диссертации: фактологический материал, регрессионные предсказательные модели (структуры) индивидуально-личностных характеристик прокрастинации, возрастные закономерности основных предикторов прокрастинации, включая

закономерные различия в возрастных группах с низким и высоким уровнем прокрастинации, модели влияния прокрастинации на сферы жизни человека.

Работа отличается обоснованностью, логической стройностью изложения. Положения, выносимые на защиту, и выводы работы подтверждают частные и общую гипотезы.

Достоверность результатов исследования Н.А. Рудновой определяется репрезентативностью выборки, соответствием использованных эмпирических методов цели и задачам исследования, использованием адекватных задачам методов статистической обработки данных, качественным анализом и интерпретацией результатов. Выводы, сформулированные в работе диссертанта, в достаточной мере обоснованы.

В процессе выполнения диссертационного исследования автором получены следующие **новые научные результаты**:

- впервые представлены и описаны индивидуально-личностные характеристики прокрастинации в возрастной группе старшего юношеского возраста (23-30 лет) и в период зрелости (31-62 года);

- обновлены и дополнены индивидуально-личностные характеристики прокрастинации учащейся молодежи (17-22 года);

- впервые представлены модели предикторов прокрастинации, относящихся к диспозиционным, саморегуляционным и мотивационным характеристикам; впервые представлена обобщенная модель предикторов прокрастинации;

- показано, что мотивация, связанная с наличием собственной активной позиции, с позитивными последствиями деятельности снижает прокрастинацию, в то время как мотивация, связанная с негативными последствиями, контролируемая мотивация – повышает;

- показано, что с возрастом прокрастинация не снижается при наличии перфекционизма;

- установлены значимые возрастные различия в группах с высоким и низким уровнем прокрастинации по таким ее личностным характеристикам как добросовестность, перфекционизм, профессиональная мотивация, по саморегуляторным показателям: моделирование и программирование;

- показана и обоснована негативная роль прокрастинации в сфере использования социальных сетей (повышает их навязчивое использование) и в сфере здоровья (ухудшение показателей физического состояния и общего здоровья).

Теоретическая значимость диссертации работы заключается в том, что на основании результатов эмпирического исследования описаны возрастные особенности прокрастинации; обнаружены наиболее важные прогностические факторы прокрастинации среди черт личности, мотивации и

саморегуляции деятельности; зафиксирован вклад нормального и патологического перфекционизма в уровень прокрастинации; выявлены мотивационные характеристики, рассмотренные в рамках концепции самодетерминации и связанные с прокрастинацией; установлено влияние прокрастинации на успешность обучения, использование социальных сетей и сферу здоровья человека. Полученные результаты дополняют и углубляют теоретические представления о прокрастинации личности, особенно в аспекте возрастного развития.

Практическое значение диссертации заключается в том, что полученные результаты фактически дают предикторы прокрастинации, опираясь на которые возможна своевременная коррекция индивидуально-личностных особенностей человека и профилактика прокрастинации. Полученные результаты можно применять для создания практических рекомендаций для преподавателей вузов, психологов высших учебных заведений и предприятий по предупреждению и снижению прокрастинации.

При работе с интернет-зависимостью возможна реализация психологической программы с учетом коррекции прокрастинации. Также уместными будут аналогичные программы, направленные на преодоление негативных последствий прокрастинации в сфере здоровья.

Таким образом, в проведенном исследовании Н.А. Рудова **успешно достигла** заявленной цели и **решила** поставленные задачи диссертационной работы. Предмет исследования и положения, выносимые на защиту, раскрыты.

Диссертация оформлена в соответствии с существующими требованиями.

Автореферат адекватно отражает содержание диссертации. Основные результаты работы представлены в 13 публикациях, из которых 4 – в журналах из перечня рецензируемых научных изданий, рекомендованного ВАК при Министерстве науки и высшего образования Российской Федерации.

Положительно оценивая проведенное диссертационное исследование, обращаю внимание Н.А. Рудовой на ряд **замечаний и вопросов**, возникших в процессе рецензирования работы, частично изложенных выше и обобщенных в данном разделе отзыва:

1. Не понятно, как получен теоретический конструкт исследования? На основании чего автор включил в него личностные диспозиции, мотивацию, саморегуляцию и перфекционизм, при этом, отмечая значимую роль самооценки (стр. 18, 21) в прокрастинации, она была

проигнорирована, не учтены волевой, эмоциональный, иные компоненты личности?

2. Почему автор использовал краткий портретный опросник большой пятерки для студенческой выборки и опросник HEXACO-PI-R для оставшейся части выборки при изучении личностных диспозиций, а не один из них для всех, лишив себя возможности получить общую, более надежную регрессионную картину?
3. Учитывал ли автор социально-демографические характеристики выборки, такие как образование (в случае не студенческой выборки), профессиональную направленность, статусные характеристики и т.д. для выравнивания выборки? Что явилось базой исследования (какой вуз(ы), предприятие(я) или что еще позволило сформировать выборку)? Для чего автор указал среднее арифметическое и стандартное отклонение, характеризуя возраст выборки, учитывая, что возраст не будет подчиняться закону нормального распределения, а, следовательно, эти средние значения дают искаженную картину?
4. Каким образом достигалась надежность и достоверность результатов, полученных через интернет-каналы и как вообще было реализовано использование сети Интернет в получении результатов на этапах 2 и 3?
5. На странице 32 во втором абзаце ставится еще одна задача, направленная на выявление сензитивных периодов формирования прокрастинации. Решалась ли эта задача? В результатах работы этого не представлено.
6. Для чего и на каком основании в приложении были размещены известные стандартизированные психодиагностические методики?
7. В работе использовалась параметрическая статистика. Проверялись ли данные на возможность ее применения?
8. Работа бы выиграла, если бы автор приводила бы анализ собственных значений изучаемых предикторов прокрастинации по возрастным группам.
9. Также работа бы выиграла, если бы автор в заключительной ее части привела бы наиболее выраженные предикторы прокрастинации по рассматриваемым возрастным группам с учетом и без учета совместного их влияния.

Высказанные пожелания и замечания не снижают научной ценности результатов, полученных в исследовании.

Подводя итоги анализу диссертационного исследования Н.А. Рудновой, следует отметить, что представленная работа является актуальным, завершенным, самостоятельным исследованием, отличающимся новизной, теоретической и практической значимостью. Полученные выводы обоснованы, представляют научную значимость.

Заключение. Диссертация Рудновой Натальи Александровны «Индивидуально-личностные предикторы прокрастинации в разные периоды взрослости» является самостоятельной завершенной научно-квалификационной работой, содержащей решение актуальной психологической задачи. По своему содержанию, актуальности, степени научной новизны, уровню проведенного исследования и ценности полученных результатов диссертация Рудновой Натальи Александровны соответствует требованиям п. 9-11, 13-14 Постановления Правительства РФ «Положения о порядке присуждения ученых степеней» (от 24.09.2013г. № 842), предъявляемым к диссертациям на соискание ученой степени кандидата психологических наук, а ее автор, Руднова Наталья Александровна, заслуживает присуждение ей ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.13 – психология развития, акмеология (психологические науки).

Официальный оппонент

Доктор психологических наук, доцент,
профессор кафедры общей и педагогической психологии
Гуманитарного института
Федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения высшего образования
«Владимирский государственный университет
имени Александра Григорьевича
и Николая Григорьевича Столетовых»



А.В. Зобков

Сведения об оппоненте

Зобков Александр Валерьевич,
доктор психологических наук по специальности 19.00.13, доцент,
профессор кафедры общей и педагогической психологии
Гуманитарного института ФГБОУ ВО
«Владимирский государственный университет
имени Александра Григорьевича
и Николая Григорьевича Столетовых»;
адрес места работы: 600000 г. Владимир, ул. Горького, 87;
сайт организации: www.vlsu.ru;
телефон: 8.915.772.57.73;
e-mail: av.zobkov@gmail.com

П. ДИПЛОМ
УЧ. СЕКРЕТАРЬ
КОМПО

