

МОТИВАЦІЙНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ПРОКРАСТИНАЦІЇ У ЗДОБУВАЧІВ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Мариняк Анастасія

У сучасних умовах трансформації системи вищої освіти особливої значущості набуває проблема формування конкурентоспроможного та висококваліфікованого фахівця. Однією з ключових передумов ефективності навчальної діяльності здобувачів є сформованість мотиваційної сфери, яка визначає рівень їхньої пізнавальної активності, спрямованість діяльності та здатність до саморегуляції [1, с. 18]. Професійна мотивація виступає внутрішнім регулятором поведінки, забезпечуючи усвідомлене та цілеспрямоване ставлення до навчання. Водночас у студентському середовищі спостерігається тенденція до зниження внутрішньої мотивації і посилення ролі зовнішніх стимулів, що негативно позначається на якості освітньої діяльності [4, с. 122].

У цьому контексті особливої актуальності набуває проблема академічної прокрастинації як форми порушення навчальної діяльності, що проявляється у систематичному відтермінуванні виконання значущих завдань [2, с. 210]. Недостатня сформованість мотиваційної сфери, домінування зовнішніх регуляторів поведінки та відсутність стійкого пізнавального інтересу створюють передумови для розвитку прокрастинаційних тенденцій, які можуть посилюватися впливом організаційних і психологічних факторів освітнього середовища [5, с. 119].

Мета – дослідити особливості мотиваційної сфери як детермінанти прокрастинації у здобувачів закладів вищої освіти.

Емпіричне дослідження здійснювалося із використанням «Опитувальника академічної саморегуляції» Р. Раяна та Д. Коннелла, що дозволяє диференціювати типи мотивації відповідно до континууму самодетермінації.

Отримані результати засвідчили домінування контрольованих форм мотивації. Зокрема, високий рівень зовнішнього регулювання виявлено у 35 %

респондентів, що свідчить про орієнтацію значної частини здобувачів на зовнішні стимули (оцінки, вимоги викладачів, уникнення санкцій). Інтроєктована мотивація, яка характеризується внутрішнім тиском, почуттям провини та обов'язку, переважає у 50 % досліджуваних. Це вказує на емоційно напружений характер навчальної діяльності, за якого активність підтримується не інтересом, а необхідністю відповідати очікуванням.

Водночас високий рівень внутрішньої мотивації зафіксовано лише у 40 % опитаних, що свідчить про недостатню сформованість інтересу до змісту навчання у значної частини здобувачів. Такий дисбаланс між внутрішніми та зовнішніми регуляторами діяльності створює психологічне підґрунтя для виникнення прокрастинаційної поведінки.

Додатковий аналіз структури мотиваційних чинників прокрастинації дозволив конкретизувати її психологічні передумови. Встановлено, що орієнтація на соціальну винагороду (прагнення до схвалення та визнання) має високі показники у 38 % респондентів, що підтверджує залежність навчальної активності від зовнішньої оцінки. Знижений рівень інтересу до навчальних завдань виявлено у 25 % опитаних, що свідчить про формальне ставлення до навчання та відсутність внутрішньої залученості.

Крім того, у 27 % здобувачів зафіксовано виражений страх відповідальності, який ускладнює процес прийняття рішень і ініціювання діяльності. Недооцінка власної готовності до виконання завдань виявлена у 18 % респондентів, що вказує на низький рівень самоефективності та сумніви у власних можливостях. Узагальнення результатів показує, що зазначені фактори мають кумулятивний ефект і підсилюють схильність до відкладання діяльності.

Аналіз отриманих даних дає підстави стверджувати, що прокрастинація формується внаслідок взаємодії мотиваційних і емоційно-когнітивних чинників: домінування зовнішньої регуляції поєднується з низьким рівнем внутрішньої

залученості, страхом оцінювання та зниженням суб'єктивної самоефективності. Така конфігурація чинників зумовлює відтермінування діяльності як спосіб уникнення психологічного дискомфорту.

Проведене дослідження підтверджує, що академічна прокрастинація серед здобувачів є закономірним наслідком переважаючої зовнішньої мотивації та високого рівня емоційної напруги. Отримані дані свідчать, що коли навчання базується на почутті обов'язку або страху перед оцінкою, а не на внутрішньому інтересі, відкладання завдань стає для особистості специфічним механізмом захисту. У таких умовах прокрастинація виступає способом тимчасового уникнення психологічного дискомфорту, що виникає через поєднання низької залученості в процес та тривожності щодо результатів діяльності. Таким чином, саме дефіцит внутрішніх сенсів у поєднанні з емоційними бар'єрами є ключовим внутрішнім фактором, що блокує своєчасне виконання навчальних обов'язків.

Список використаних джерел

1. Кочарян О.С., Фролова Є.В., Павленко В.М. Структура мотивації навчальної діяльності студентів : навч. посіб. Харків, 2011. С. 40.
2. Куріцина А.В., Оверчук В.А. Теоретичні підходи до визначення психологічного змісту феномену прокрастинації. *Актуальні проблеми психології*. 2015. Т. XI, вип. 19. С. 208-224.
3. Микитюк С.О., Микитюк С.С. Мотивація навчальної діяльності як ресурс освітнього процесу. *Збірник наукових праць Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого*. 2021. № 76, т. 2. С. 121-126.
4. Москалюк М., Москалюк Н. Підвищення мотивації студентів в умовах дистанційного навчання під час військових дій. *Науковий вісник Ізмайльського державного гуманітарного університету*. 2022. № 60. С. 117-121.
5. Шульга Г.Б., Коломієць Л.І. Вплив професійної мотивації на виникнення внутрішньоособистісного конфлікту в студентів першого року навчання. *Психологічний часопис*. 2017. № 6 (10). С. 186-199.