PROCRASTINAREA LA STUDENȚII CU DIFERIT NIVEL AL ADAPTABILITĂȚII PSIHOSOCIALE

Mariana VERDEȘ,

Facultatea de Psihologie, Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială

CZU: 316.6 + 159.923.2-057.875:303.4 marinaverdes01@gmail.com

Procrastinarea este un fenomen cu care majoritatea dintre noi suntem familiarizați, fie că am observat-o la alții, fie că am observat acest fenomen la noi. Prima cercetare care viza procrastinarea a fost realizată în anul 1978, prin intermediul unui chestionar care încerca să măsoare prezența acestuia și care ajungea la concluzia că 15% din respondenți au confirmat că procrastinează, în timp ce 1% procrastinează sistematic. În 2006, în urma altei cercetări, aceste procente au crescut în mod simțitor, până la aproximativ 60%. Unii autori susțin că astăzi, cifra ajunge la 95%, iar unul dintre cele mai importante domenii în care se resimt efectele procrastinării îl reprezintă mediul academic. Schimbările frecvente ce au loc în societatea de astăzi afectează personalitatea tinerilor, capacitatea lor de a se adapta și de a interacționa cu ceilalți. Având în vedere problematica procrastinării în mediul academic, cât și importanța adaptabilității psihosociale, este important să cercetăm aceşti factori în contextul studenților de azi.

Procrastinarea presupune procesul de amânare a sarcinilor pe care un individ trebuie să le îndeplinească până în punctul în care acesta începe să resimtă un sentiment de disconfort. Conform definiției lui Milgram, Mey-Tal și Levinson, procrastinarea se definește ca o trăsătură sau dispoziție comportamentală de a amâna intenția realizării unei sarcini sau luarea unei decizii [3]. După Wendelien van Eerde, acest concept este văzut ca un obicei disfuncțional, cu consecințe psihologice, cum ar fi vinovăția experimentată, bunăstarea afectivă negativă, o scădere a rezultatelor performanței și consecințe sociale, cum ar fi o imagine de nesiguranță [1]. În acest mod, individul care procrastinează are toate resursele necesare pentru a realiza o sarcină, plănuiește să realizeze această sarcină, dar nu este capabil să o finalizeze sau amână în mod excesiv realizare acesteia. În acest sens, o serie de autori au propus mai multe categorii de procrastinatori, printre care: (1) procrastinatorul cronic; (2) procrastinatorul relaxat; (3) procrastinatorul pasiv; (4) procrastinatorul activ; (5) procrastinatorul auto-distructiv [4].

Conceptul de adaptabilitate psihosocială reprezintă un fenomen cercetat în literatura de specialitate. Astfel, conform opiniei lui H. J. Eysenck adaptarea reprezintă o stare de armonie dintre îndivíd și mediul natural sau social, ca proces prin care se realizează o stare armonioasă [2]. С.А. Ларионова afirmă că gradul de adaptabilitate psihosocială este determinat de resursele adaptative ale individului și de caracteristicile mediului concret în condițiile cărora are loc satisfacerea nevoilor de bază ale individului într-o atitudine pozitivă, ceea ce este posibil doar dacă rezultatele activităților individuale corespund cerințelor societății. А.В. Петровски evidențiază că adaptarea psihosocială reprezintă fenomenul includerii omului în mediul social, în activitatea de bază, integrarea lui în grup, în funcție de particularitățile sale individuale [*apud* 2].

Cercetarea realizată are ca scop compararea mediilor în funcție de gen, mediul de proveniență a studenților a conceptelor de procrastinare și adaptabilitate psihosocială. În vederea realizării scopului cercetării în cadrul experimentului de constatare, au participat 31 studenți cu vârsta cuprinsă între 19-22 ani, 26 – genul feminin, 5 – genul masculin; 23 – mediul de proveniență urban, 8 – mediul de provenineță rural.

Au fost aplicate următoarele instrumente de investigare: 1. **Coeficientul de Procrastinare** (H. E. Florey); 2. **Chestionarul multifactorial de personalitate *Adaptabilitatea,*** (A.G. Maklakov și S.V. Cermeanin).

Aplicând **Coeficientul de Procrastinare (**H. E. Florey) subliniem că am identificat următoarele niveluri de manifestare a factorului: 39% dintre subiecți denotă nivel înalt al procrastinării, 58% - nivel mediu, iar 3% dintre subiecți înregistrează un nivel scăzut pentru procrastinare. În același context, aplicând **Chestionarul multifactorial de personalitate *Adaptabilitatea*** (A.G. Maklakov și S.V. Cermeanin) subliniem că pentru factorul adaptabilitate psihosocială dintre subiecții chestionați – 10% au un nivel mediu al adaptabilității psihosociale, iar 90% - nivel scăzut.

În concluzie, menționăm că există diferențe semnificative din perspectivă de gen pentru factorul procrastinare, subiecții de gen masculin având un nivel mai scăzut de procrastinare comparativ cu subiecții de gen feminin.

Referințe:

1. EERDE, W. A meta-analytically derived nomological network of procrastination, *Faculty of Technology Management, Eindhoven University of Technology, PO Box 513, 5600 MB Eindhoven, the Netherlands,* 2002.
2. PALADI, O. The relationship between psychologycal adaptability and emotional intelligence in adolescence, Arhipelag XXI Press, 2020. 75 p.
3. SENECAL, C., KOESTNER, R. Self-Regulation and academic procrastination, *The Journal of Social Psychology,* 607-610 p., 1995
4. VLĂDUCU, A. Procrastinarea academică. Un studiu de caz din SNSPA, 91 p., 2015

Recomandat

***Oxana PALADI**, dr. hab., conf. univ.*