

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ОСВІТА І ЗДОРОВ'Я ПІДРОСТАЮЧОГО ПОКОЛІННЯ

ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,
СПОРТУ І ЗДОРОВ'Я



Український державний університет
імені Михайла Драгоманова

2023 р.

УДК 37.215.31-253.6:[796+613](072)

Матеріали п'ятого міжнародного симпозиуму «Освіта і здоров'я підростаючого покоління»: Зб. наук. Праць / За ред. Білик В.Г. – Вип. 5. – К.: Алатон, 2023. – 164 с.

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

Андрущенко Віктор Петрович – ректор Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, академік НАПН України, Член кореспондент НАН України, доктор філософських наук, професор.

Тимошенко Олексій Валерійович – декан факультету фізичного виховання, спорту і здоров'я, Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, доктор педагогічних наук, професор.

Білик Валентина Григорівна – завідувачка кафедри здоров'я, валеології та медико-біологічних дисциплін, доктор педагогічних наук, професор кафедри здоров'я, валеології та медико-біологічних дисциплін Українського державного університету імені Михайла Драгоманова.

ISBN 978-617-7834-26-6

завдання можливо виконати при формуванні індивідуального плану проходження практики, який дозволяє оволодіти необхідними навичками в профільних відділеннях. Добре себе зарекомендувала робота в командах студентів різних курсів. Спілкування здобувачів старших курсів з хворими відбувається за участю здобувачів вищої освіти молодших курсів, що допомагає останнім набути необхідного досвіду.

Добре себе зарекомендувала участь здобувачів в чергуваннях. Чергування в клініці дозволяє їм оволодіти різними практичними навичками. Особливо важливим є навчити дитячого лікаря спілкуватись не тільки з хворим, а і з його батьками, від рівня освіченості котрих залежить здоров'я дитини.

Ще однією важливою на наш погляд формою виховання є створення центрів медичної і соціальної реабілітації самотніх, непрацездатних, соціально незахищених громадян. Центр працює в позанавчальний час, студенти чергують в відділеннях, виконують обов'язки молодших сестер та медсестер. здобувачі надають медичну допомогу тим, хто її потребує. Це підвищує самостійність та пізнавальну активність здобувачів вищої освіти. Крім медичної допомоги студенти проводять виховну роботу, котра одночасно виховує й їх самих.

Обов'язковою умовою розвитку духовності та професійної культури здобувачів вищої освіти ми вважаємо участь викладача на всіх етапах навчання. Консультації, як один із видів розвитку цих засад, проводяться викладачем протягом семестру та перед заключним заняттям.

Позааудиторна самостійна робота, крім підготовки до практичних занять, до поточного та проміжного контролю, передбачає виконання індивідуальної роботи і має на меті, поглиблення, узагальнення та закріплення знань, застосування цих знань на практиці, що створює можливість формування комунікативних та професійних нави-

чок майбутнього лікаря. Але головне це ініціативність, творчість студента, яка заслуговує вищої оцінки та сприяє удосконаленню його духовних та професійних якостей. Контроль за цим видом роботи також полягає на викладача, котрий за допомогою рішення ситуаційних задач, комп'ютерного тестування здобувачів та інших інноваційних технологій робить певні висновки щодо освоєння здобувачем предмету.

Висновки

Згідно новим стандартам навчання молодий фахівець повинен вміти широко використовувати нові інформаційні технології, вміти працювати з довідковим матеріалом, першоджерелами, використовуючи інноваційні технології, що сприяє вихованню медичної комунікації майбутнього лікаря його професійної культури.

В сучасних соціально-економічних умовах неможливо сформувати фахівця відключивши його від дійсності, процесів протікаючих в суспільстві. А тому пошук можливостей надання матеріальної, гуманітарної допомоги знедоленим дітям, одночасно формує громадянську активність, без якої в сучасних умовах медичне обслуговування практично неможливе. Таким чином, використання поряд з традиційними формами виховання – виховання через громадські центри – є перспективним. Разом з цим, це клопітка і тривала справа, але вона значно допоможе покращити підготовку фахівця, покращити його духовні якості.

За умови дотримання всіх перерахованих вимог після закінчення ВНЗ держава отримає сформованого кваліфікованого фахівця, здібного самостійно та разом з колегами приймати виважені рішення в конкретній реальній ситуації, використовуючи у своїй діяльності ті високі духовні якості, котрі сформують та розвинуть його викладачі в процесі навчання, враховуючи ті зміни, які відбуваються в нашому суспільстві.

ПСИХОДІАГНОСТИКА ФЕНОМЕНУ ПРОКРАСТИНАЦІЇ СТУДЕНТІВ

Дубініна Катерина Віталіївна

кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології Українського державного університету імені Михайла Драгоманова

Феномен прокрастинації, у зарубіжних та вітчизняних наукових джерелах, тлумачиться як свідоме відкладання, відтермінування суб'єктом намічених дій, завдань, незважаючи на негативні наслідки такої поведінки; це своєрідна емоційна реакція особистості на планові або необхідні справи, схильність людини до відкладання своїх справ «на потім», «на завтра», «на майбутнє». На сьогодні існує достатня кількість досліджень сутнісного змісту, структури прокрастинації, її видів, типів, причин і наслідків у різних аспектах життя (С. Бабатіна, Р. Баранова, Є. Базики, М. Дворник, О. Журавльова, О. Журавльов, Н. Карловська, Т. Колтунович, Н. Крейдун, О. Невосенна, О. Поліванова, О. Поліщук, Ю. Рудоманенко та інші). Зокрема й нами неодноразово висвітлювалася дана проблематика у публікаціях [3-8]. Теоретично і емпірично констатовано, що існує щоденна (побутова), у прийнятті рішень, невротична, компульсивна, академічна прокрастинація. Серед фундаментальних типів прокрастинації існує розслаблений (тимчасова) і напружений (хронічна). Щодо причин прокрастинації, нами вони об'єднані у чотири групи: психологічні, соціально-психологічні, педагогічні та психофізіологічні [3-4]. Але, не дивлячись на достатнє наукове висвітлення, проблема прокрастинації завжди є актуальною, зокрема й у питаннях її психодіагностики.

Серед найбільш відомих і вживаних у психологічних дослідженнях феномену прокрастинації є такі психодіагностичні методи:

1. Методика «Шкала загальної прокрастинації» К. Лей (*General Procrastination Scale (GPS)*), в адаптації Т. Юдєєвої, дозволяє визначити три рівні (високий, середній, низький) вираженості прокрастинації в повсякденному житті [16]. Методика складається з 20 тверджень, що стосуються відкладання справ «на потім» в різних обставинах [12].

2. Методика «Шкала прокрастинації» Б. Такмана (*Tuckman Procrastination Scale*) в адаптації Т. Крюкової дозволяє визначити рівень вираженості прокрастинації в повсякденному житті, а також у прийнятті рішень [14]. Коротка форма методики складається з 16 тверджень і дозволяє виявити

високу, середню, низьку схильність до прокрастинації [12].

3. Опитувальник «Ступінь вираженості прокрастинації» М. Кисельової складається з 15 тверджень і дозволяє визначити характеристики прокрастинації за трьома шкалами («Мотиваційна недостатність», «Перфекціонізм», «Тривожність») та загальний рівень прокрастинації [12; 13].

4. Анкета «Причини особистісної схильності до відтермінування завдань» М. Дворник. Як запевняє авторка, опитувальник створювався на основі теоретичного аналізу проблеми походження відтермінування і вихідним пунктом було припущення про те, що час від часу будь-яка особистість може демонструвати ознаки прокрастинації. Анкету розроблено в межах її дисертаційного дослідження «Соціально-психологічні практики відтермінування в конструюванні особистістю власного майбутнього» [2]. Містить 41 твердження, які нерівномірно розподілені за основними чинниками відтермінування: «Недооцінка готовності до виконання завдання», «Страх відповідальності», «Знижений рівень зацікавленості», «Орієнтація на соціальну винагороду», «Педантичні схильності» [12].

5. Проективний малюнок «Я-відповідальний» і «Я з тих, хто все відкладає на потім» [2].

6. «Анкета щодо виявлення наявності стану прокрастинації» Є. Базики [1]. Анкета містить 26 запитань щодо наявності стану хронічної прокрастинації як особистісної властивості, притаманної особі в цілому в усіх справах. Дозволяє констатувати: відсутність прокрастинації (низький рівень); тимчасову прокрастинацію (середній рівень); хронічну прокрастинацію (високий рівень).

7. «Опитувальник структурних компонентів прокрастинації особистості» (Ю. Рудоманенко). Дана методика призначена для визначення загального рівня вираженості прокрастинації за компонентами: когнітивним, часовим, ціннісним, поведінковим та емоційним. Методика складається з 6 шкал (одна з яких загальна) і містить 50 індикаторів, на кожен з яких пропонується 4 варіанта відповідей [15].

8. «Опитувальник наслідки прокрастинації особистості» (Ю. Рудоманен-

ко) складається з 12 шкал, 21 запитання. Діагностує 12 шкал-наслідків прокрастинації: *Нзаг* – загальний рівень наслідків; *О* – особистісні наслідки; *Опоз* – особистісні позитивні наслідки; *Онег* – особистісні негативні наслідки; *МО* – міжособистісні наслідки; *МОпоз* – міжособистісні позитивні наслідки; *МОнег* – міжособистісні негативні наслідки; *СО* – соціальні наслідки; *СОпоз* – соціальні позитивні наслідки; *СОнег* – соціальні негативні наслідки; *ПОЗп* – позитивні наслідки; *НЕГн* – негативні наслідки [15].

9. «*Опитувальник прояви прокрастинації особистості*» (Ю. Рудоманенко) складається з 9 шкал (*ПРзаг* – загальний рівень проявів; *А* – активні прояви; *Апоз* – активні позитивні прояви; *Анег* – активні негативні прояви; *П* – пасивні прояви; *Ппоз* – пасивні позитивні прояви; *Пнег* – пасивні негативні прояви; *ПОЗ* – позитивні прояви, *НЕГ* – негативні прояви), 20 запитань, на кожне з яких пропонується 5 варіантів відповідей, де 0 означає відсутність, 5 максимальну ступінь даного прояву [15].

10. «*Опитувальник зволікання у життєвих сферах особистості*» (Ю. Рудоманенко) діагностує 9 шкал-сфер зволікань: 1. Самовдосконалення. 2. Фінанси. 3. Робота і кар'єра. 4. Відпочинок і розваги. 5. Освіта і навчання. 6. Друзі і оточуючі. 7. Родина. 8. Здоров'я. 9. Загальний показник по життєвим сферам зволікань особистості [15].

11. «*Шкала прокрастинації особистості*», методика В. Маккоуна та Л. Джонсона містить 15 тверджень, оцінюється в межах 5 балів (де 1 – «абсолютно не погоджуюся», 5 – «абсолютно погоджуюся») [9].

12. «*Шкала прокрастинації М. Ейткін*» має 19 тверджень, що оцінюються досліджуваними за 5-бальною шкалою Лайкерта (де 1 – «неправда», 5 – «правда») [9].

13. *Методика дослідження прокрастинації «Pure procrastination scale»* (адаптація українською мовою (О. Журавльова, О. Журавльов)) містить 11 тверджень та 3 шкали: 1. «Біхевіоральна прокрастинація»; 2. «Прокрастинація прийняття рішення»; 3. «Неадаптивна прокрастинація» [10].

14. *Психодіагностична методика діагностики конструкту прокрастинації* (О. Журавльова, О. Журавльов) містить 29 тверджень та 3 шкали: 1. «Пунктуальність»; 2. «Усвідомлення прокрастинації»; 3. «Організація часу та систематичність праці» [11].

У підсумку, варто наголосити, що вищевикладений теоретичний аналіз існуючих дослідницьких інструментів, стане в нагоді для кращого наукового розуміння, діагностування такого складного й водночас давно відомого людству феномену прокрастинації або, як зазначають науковці, проблеми зволікання, відкладання, відтермінування актуальних і важливих для людини справ.

Список використаних джерел

1. Базика Є. Л. Стан прокрастинації як чинник, який пригнічує формування успішної особистості студента: результати дослідження. [науково-практичний та освітньо-методичний журнал «Практична психологія та соціальна робота» / гол. ред. О.В. Губенко]. Київ: №5. 2014. С. 23-30.

2. Дворник М. С. Прокрастинація в конструюванні особистісного майбутнього: монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 120 с.

3. Дубініна К. В. Причини прокрастинації особистості: теоретичний аспект. *Розви-*

ток науки і техніки: проблеми та перспективи: збірник тез Всеукраїнської науковопрактичної інтернет-конференції з нагоди відзначення Дня науки- 2020 в Україні (м. Київ, 21 травня 2020 р.). Київ: ДНДІ МВС України, 2020. С. 340- 343.

4. Дубініна К. В. Прокрастинація як проблема психології особистості студента. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія № 12. Психологічні науки: Зб. наукових праць*. Київ: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2018. № 7 (52). С.172-180.