



Оригинальное исследование

УДК 159.924

DOI: 10.18413/2313-8971-2023-9-2-0-8

Сманов Д.А.

Когнитивные особенности и предикторы прокрастинации

Челябинский государственный университет
ул. Братьев Кашириных, д. 129, г. Челябинск, 454001, Россия
d000st@mail.ru

Статья поступила 13 февраля 2023; принята 14 июня 2023;
опубликована 30 июня 2023

Аннотация. *Введение.* Одна из типичных социальных проблем 21 века – прокрастинация – определяется как нерациональное откладывание желаемых целей на неопределенный срок, даже при осознании негативных последствий этого промедления. Возможные причины прокрастинации (иррациональные убеждения, низкая самооценка и страх неудачи) упоминаются в научных исследованиях достаточно часто, но когнитивные предикторы прокрастинации не изучались целостно. Остается неясным, какие когнитивные механизмы задействованы в различных типах прокрастинации. Это исследование направлено на частичное восполнение обозначенного пробела в науке. *Цель статьи* – выявление особенностей когнитивной сферы студентов со склонностью к прокрастинации, а также когнитивных предикторов склонности к прокрастинации. *Материалы и методы.* Исследование проводилось в 2022 году на базе Челябинского государственного университета (Россия) и Костанайского инженерно-экономического университета им. М. Дулатова (Казахстан). Применялись методики: «Шкала общей прокрастинации» К. Лэй в адаптации О.С. Вендекер и М.В. Осатиной, тест «Стремление к когнитивной закрытости» разработанный А. Круглянски (под адаптацией М.И. Ясина), «Методика диагностики иррациональных установок» А. Эллиса, «Мельбурнский опросник принятия решения» (МОПР), «Опросник самоорганизации деятельности» (ОСД), разработанный Е.Ю. Мандриковой, «Комплексный копинговый опросник» (ККО) (М. Маккей, М. Скин, П. Фаннинг), описательные статистики, непараметрический критерий сравнения выборок Н-критерий Краскала-Уоллеса и U-критерий Манна-Уитни, дискриминантный анализ. *Результаты* выявили различия в группах студентов с высокой и низкой склонностью к прокрастинации по большинству диагностированных когнитивных показателей, что свидетельствует о важной роли когнитивных процессов в формировании склонности к прокрастинации. Сравнение когнитивных баллов в группах с высокой и низкой склонностью к прокрастинации показало, что прокрастинаторы обладают более высокими значениями когнитивной закрытости, низкими показателями самоорганизации деятельности и низкой толерантности к фрустрации. У прокрастинаторов более выражены паттерны принятия решения и стратегии когнитивного копинга. *Выводы:* получены уникальные данные о наличии в когнитивной сфере прокрастинации комплекса специфиче-

ских психологических характеристик. Установлены основные параметры и индикаторы, отражающие закономерности определения высокого или низкого уровня прокрастинации. Когнитивными предикторами прокрастинации, согласно результатам исследования, являются: стремление к когнитивной закрытости, низкая фрустрационная толерантность, слабая ориентация на настоящее, бдительность, избегание принятия решений и более низкие показатели самоорганизации деятельности. Полученные данные дают возможность регулировать уровень прокрастинации, влияя на когнитивные образования психики.

Ключевые слова: прокрастинация; когнитивный компонент; когнитивная закрытость; самоорганизация; копинговые стратегии; принятие решений в сложных ситуациях

Информация для цитирования: Сманов Д.А. Когнитивные особенности и предикторы прокрастинации // *Научный результат. Педагогика и психология образования*. 2023. Т.9. №2. С. 97-109. DOI: 10.18413/2313-8971-2023-9-2-0-8.

D.A. Smanov 

Cognitive features and predictors of procrastination

Chelyabinsk State University
129 Bratiev Kashirinyh Str., Chelyabinsk, 454001, Russia
d000st@mail.ru

*Received on February 13, 2023; accepted on June 14, 2023;
published on June 30, 2023*

Abstract. *Introduction.* One of the typical social problems of the 21st century – procrastination – is defined as the irrational postponing of desired goals indefinitely, even with the awareness of the negative consequences of this delay. The possible causes of procrastination (irrational beliefs, low self-esteem, and fear of failure) are mentioned quite often in scientific research, but the cognitive predictors of procrastination have not been studied holistically. It remains unclear what cognitive mechanisms are involved in different types of procrastination. This study is aimed at partially filling the indicated gap in science. The purpose of the article is to identify the features of the cognitive sphere of students with a tendency to procrastinate, as well as cognitive predictors of a tendency to procrastinate. *The purpose of the article* – to identify the features of the cognitive sphere of students with a tendency to procrastinate, as well as cognitive predictors of a tendency to procrastinate. *Materials and methods.* The study was conducted in 2022 on the basis of Chelyabinsk State University (Russia) and Kostanay Engineering and Economic University named after M. Dulatov (Kazakhstan). The following methods were used: The scale of general procrastination by K. Lay adapted by O.S. Vendeker and M.V. Osatina, the test “The desire for cognitive closure developed by A. Kruglyansky” (under the adaptation of M. I. Yasin), A. Ellis’ method for diagnosing irrational attitudes, the Melbourne decision-making questionnaire (MOPR), the questionnaire for self-organization of activity (OSD), developed by E.Yu. Mandrikova, complex coping questionnaire (CCQ) (M. McKay, M. Skin, P. Fanning), descriptive statistics, non-parametric test for comparison of samples Kruskal-Wallis H-test and Mann-Whitney U-test, discriminant analysis. *Results:* there were revealed some differences in the

groups of students with high and low procrastination in most diagnosed cognitive indicators, which indicates the important role of cognitive processes in the formation of procrastination. A comparison of cognitive scores in groups with high and low procrastination showed that procrastinators have higher values of cognitive closeness, low levels of self-organization of activity and low frustration tolerance. Procrastinators have more pronounced decision-making patterns and cognitive coping strategies. *Conclusions:* the author has obtained unique data on the presence of a complex of specific psychological characteristics in the cognitive sphere of procrastination. The main parameters and indicators have been established that reflect the patterns of determining a high or low level of procrastination. Cognitive predictors of procrastination, according to the results of the study, are: the desire for cognitive closeness, low frustration tolerance, poor orientation to the present, vigilance, avoidance of decision making and lower indicators of self-organization of activity. The data obtained make it possible to regulate the level of procrastination, influencing the cognitive formations of the psyche.

Keywords: procrastination; cognitive component; cognitive closeness; self-organization; coping strategies; decision making in difficult situations

Information for citation: Smanov, D.A. (2023), "Cognitive features and predictors of procrastination", *Research Result. Pedagogy and Psychology of Education*, 9 (2), 97-109, DOI: 10.18413/2313-8971-2023-9-2-0-8.

Введение (Introduction). Стремительно ускоряющееся развитие современной жизни, построенной на повсеместном применении информационных технологий во всех сферах деятельности, приводит к тому, что большинство людей не успевают за ее ритмом. Огромное количество задач и проблем, требующих своего срочного разрешения, по-разному воспринимаются человеком. Он может стремиться все успеть и закончить все в срок или отложить решение важных дел на будущее, даже если это приведет к отрицательным для него последствиям. Последнее явление получило название прокрастинации.

Заложенные П. Ригенбахом, А. Эллисом и В. Кнаус (Ellis, Knaus, 1987) основы исследования прокрастинации стали отправной точкой ее изучения как психологического феномена. Накопленный эмпирический опыт, тем не менее, оказывается довольно фрагментарным и охватывает далеко не все аспекты проблемы. Несмотря на многочисленные работы по данной проблеме в зарубежных исследованиях (Дж. Феррари, К. Лэй, Н.А. Милграм, П.Д.Г. Стил, В. МакКоун), определение причин прокрастинации остается сложной

и противоречивой задачей, в том числе из-за отсутствия четкого понимания ее когнитивной структуры.

Существуют различные подходы к исследованию когнитивной сферы прокрастинации. В когнитивном подходе прокрастинация рассматривается как совокупность иррациональных установок (Ellis, Knaus, 1987), низкой самооценки (Burka, Yuen, 2008) и неспособности принимать решения (Janis, Mann, 1979). Основное внимание в этих исследованиях уделяется выявлению когнитивных искажений, под которыми понимаются «накатанные и привычные пути, по которым мучительно и безрезультатно движется наша мысль, сжигая невероятные объемы нашего времени, высасывая энергию и не создавая никаких ценностей ни для нас самих, ни для кого бы то ни было» (Kukla, 2007).

Группа других ученых (Ferrari, Wolfe, Wesley, Schoff, Beck, 1995, Chun Chu, Choi, 2005, Кормачева, 2021) высказывает предположение о том, что в основе когнитивного компонента прокрастинации лежит решение о промедлении, которое сопровождается пониманием его отрицательных последствий.

Следующее направление исследований когнитивной природы прокрастинации связано с неспособностью управлять целями. Ряд ученых (Daniel E. Gustavson, Akira Miyake, John K. Hewitt, Naomi P. Friedman) отмечают, что в основе прокрастинации лежит иррациональная неспособность поддерживать и управлять своими действиями по достижению краткосрочных и долгосрочных целей.

По мнению российских исследователей, в когнитивную сферу прокрастинации входят интернальность, дезадаптивные убеждения, особенности временной перспективы (С.В. Рызова), представления о времени, локус контроль, иррациональные убеждения (Н.Н. Карловская и Р.А. Баранова), рефлексия (А.А. Чеврениди) и др.

Среди исследований когнитивной сферы прокрастинации можно выделить работы связанные с неуверенностью и страхом неудачи (Balkis, Duru, 2019; Haghbin et al., 2012; Özer et al., 2009;) негативными мыслями о себе (Flett et al., 2012), самокритикой (Powers et al., 2007), дефективностью и недостаточным самоконтролем (Aftab et al., 2017), самообвинением (Sirois, 2015), самообманом и осуждающими мыслями (McCown et al. 2012), потребностью в познании и эмоциональном интеллекте (Geertman, Valk, 2021), неэффективным тайм-менеджментом и неуверенностью в себе (Atalayin et al. 2018).

Однако, несмотря на многочисленные исследования и трактовки когнитивных особенностей прокрастинации, в данном вопросе остается еще много «белых пятен». Не выявлено целостной модели объяснения когнитивных предикторов прокрастинации. Более того, остается неясным, какие когнитивные механизмы задействованы в различных типах прокрастинации.

Особый интерес для исследования когнитивных предикторов прокрастинации представляют специфические когнитивные характеристики, такие как стремление к когнитивной закрытости, самоорганизация деятельности, временной фокус, копинг-стратегии, принятие решений в сложных ситуациях.

Вышеизложенное предопределило целесообразность и актуальность проведения **исследования, целью** которого стало выявление особенностей когнитивной сферы студентов со склонностью к прокрастинации, а также когнитивных предикторов склонности к прокрастинации. Гипотеза – мы предполагаем наличие определенных когнитивных особенностей у лиц, склонных к прокрастинации, которые заставляют их откладывать решение важных задач, несмотря на их важность и высокую степень срочности.

Задачи исследования: 1. На основе теоретического анализа определить перечень когнитивных характеристик, связанных с прокрастинацией. 2. Выявить особенности когнитивных показателей у студентов с высоким уровнем прокрастинации. 3. Определить когнитивные предикторы прокрастинации у студентов.

Материалы и методы (Methodology and methods). Эмпирическое исследование когнитивных особенностей и предикторов прокрастинации у студентов проводилось в сентябре-октябре 2022 гг. на базе Челябинского государственного университета (Россия) и Костанайского инженерно-экономического университета им. М. Дулатова (Казахстан). Общий объем выборки исследования составил 311 человек в возрасте от 17 до 45 лет (средний возраст 19 лет).

Выборку испытуемых составили студенты 1-4 курсов очного обучения. Гендерный состав включает в себя 140 женщин (45%) и 171 мужчин (55%). По специальности: гуманитарные науки – 42,5%, естественные науки – 9%, технические – 48,5%. По месту проживания выборка распределилась следующим образом: в городе проживают 224 человека (72%), в районных центрах – 23 человека (7,4%), в сельской местности – 64 человека (20,6%).

В исследовании применялись следующие методики:

1. *Шкала общей прокрастинации К. Лэй* в адаптации О.С. Вендекер и М.В. Осатиной. Использование данной методики применяется для оценки выраженности уровня прокрастинации. Шкала включает в

себя 20 утверждений, ответы на которые связаны с решением и откладыванием повседневных задач в быту.

2. Тест «Стремление к когнитивной закрытости» («The Need for Closure Scale»), разработанный А. Круглянки (языковая адаптация М.И. Ясина) используется для изучения индивидуально-психологических особенностей и позволяет измерить закрытость по пяти параметрам: стремление к порядку, предсказуемость, решительность, нелюбовь к двусмысленности, предубежденность.

3. Методика диагностики иррациональных установок А. Эллиса используется для определения степени рациональности-иррациональности мышления, наличия и выраженности иррациональных установок.

4. «Мельбурнский опросник принятия решения» (МОПР) разработан на основе опросника Флиндерса для диагностики индивидуального стиля принятия решений. Опросник включает четыре основных паттерна принятия решений в сложных ситуациях: 1) бдительность, 2) избегание, 3) прокрастинация, 4) сверхбдительность.

5. Опросник самоорганизации деятельности (ОСД), разработанный Е.Ю. Мандриковой предназначен для диагностики сформированности, самоорганизации, планирования и целеполагания.

6. Комплексный копинговый опросник (ККО) (М. Маккей, М. Скин, П. Фаннинг) применяется для оценки способов, которыми человек реагирует на угрозу, чтобы с ней справиться.

Для математической обработки результатов использовались описательные статистики, непараметрический критерий сравнения выборок Н-критерий Краскала – Уоллеса и U-критерий Манна-Уитни. Для выявления когнитивных предикторов прокрастинации применялся дискриминантный анализ. Математическая обработка данных проводилась с применением стандартизованного пакета программ IBM SPSS Statistics v. 26.0.

Результаты исследования и их обсуждение (Research Results and Discussion).

На первом этапе исследования на основании результатов методики «Шкала общей прокрастинации К. Лэй» общая выборка испытуемых (N= 311) была разделена на три группы: испытуемые с низким уровнем прокрастинации (N= 70); испытуемые со средним уровнем прокрастинации (N= 146); группа с высоким уровнем прокрастинации (N= 95). На втором этапе сравнивались показатели когнитивной сферы у представителей данных групп. На третьем этапе с помощью дискриминантного анализа выявлялись когнитивные предикторы прокрастинации.

Результаты исследования (N = 311) выявили различия по большинству диагностированных когнитивных показателей, что свидетельствует о важной роли когнитивных процессов в формировании склонности к прокрастинации.

Как видно из табл. 1, прокрастинаторы имеют более высокие показатели когнитивной закрытости, а именно, высокий средний ранг признака по шкале склонности к порядку ($p = 0,000$), предсказуемости ($p = 0,052$), решительности ($p = 0,000$), стремления к когнитивной закрытости ($p = 0,000$). Когнитивная закрытость означает мотивацию получить однозначный ответ и отсеять ненужную, противоречивую и мешающую информацию. Это согласуется с данными о большей жесткости у прокрастинаторов ($p = 0,05$). В целом по большинству показателей когнитивной закрытости можно сделать вывод, что испытуемые с высоким уровнем прокрастинации больше подвержены нежеланию перестраиваться в последнюю минуту, они отличаются более высоким уровнем решительности при отклонении от основной работы, отдают предпочтение старым изведенным способам поведения и не склонны к ситуациям, где нужно гибко отвечать на внешние перемены. У студентов с низким уровнем прокрастинации можно наблюдать высокую потребность в стремлении отгородиться от дополнительной, путающей, дискуссионной информации и желание иметь однозначный ответ на вопрос.

Таблица 1

Результаты сравнения показателей когнитивной сферы у студентов с низким и высоким уровнем прокрастинации

Table 1

Comparative results of indicators of coping strategies in subjects with low and high levels of procrastination

Показатели		Средний ранг признака		Уровень статистической значимости	
		Низкий уровень прокрастинации	Высокий уровень прокрастинации	U	p
Результаты диагностики по опроснику «Стремление к когнитивному закрытию»					
1	Стремление к порядку	56,86	102,26	1495,000	0,000
2	Стремление к предсказуемости	73,24	90,19	2642,000	0,024
3	Решительность	53,12	105,02	1233,500	0,000
4	Двойственность	83,72	82,47	3274,500	0,868
5	Закрытость мышления	97,35	72,43	2320,500	0,001
	Общая закрытость	60,76	99,39	1768,000	0,000
Показатели диагностики по методике диагностики иррациональных установок А. Эллиса					
1	Катастрофизация	80,35	84,95	3139,500	0,540
2	Долженствование в отношении себя	67,40	94,49	2233,000	0,000
3	Долженствование в отношении других	79,08	85,89	3050,500	0,364
4	Фрустрационная толерантность	102,29	68,79	1975,000	0,000
5	Самооценка	87,94	79,36	2979,000	0,253
Показатели по методике «Мельбурнский опросник принятия решения» (МОПР)					
1	Бдительность	107,54	64,92	1607,500	0,000
2	Избегание	52,55	105,44	1193,500	0,000
3	Прокрастинация	44,24	111,56	611,500	0,000
4	Сверхбдительность	61,19	99,07	1798,500	0,000
Результаты показателей по методике «Опросник самоорганизации деятельности (ОСД)»					
1	Планомерность	105,39	66,50	1757,500	0,000
2	Целеустремленность	107,57	64,89	1605,000	0,000
3	Настойчивость	91,84	76,49	2706,500	0,041
4	Фиксация	114,46	59,82	1123,000	0,000
5	Самоорганизация	111,29	62,15	1344,500	0,000
6	Ориентация на настоящее	111,39	62,08	1338,000	0,000
Показатели диагностики по методике «Комплексный копинговый опросник (ККО)»					
1	Избегающее поведение	65,34	96,01	2089,000	0,000
2	Беспокойство и «накручивание»	61,70	98,69	1834,000	0,000
3	Когнитивная переоценка	56,55	102,49	1473,500	0,000
4	Непереносимость стрессовых ситуаций	65,27	96,06	2084,000	0,000

Подобные результаты были получены в исследовании Sigall Н., Kruglanski А., Fyock J. Авторы исследования отмечают, что потребность в когнитивной закрытости может ограничивать обработку информации, побуждать к сравнению с другими людьми, мыслящими также, и способствовать неприятию других мнений в группе (Sigall, Kruglanski, Fyock, 2000). В общих чертах, это может влиять на вектор познания, приводя обработку информации к некоторому желаемому состоянию (объяснения прокрастинации).

В процессе интерпретации данных, полученных в исследовании были получены результаты, иллюстрирующие степень выраженности преобладающих иррациональных установок студентов.

Обнаружены значимые различия по таким показателям как долженствование в отношении себя ($u=2233$, $p<0,000$) и фрустрационная толерантность ($u=1975$, $p<0,000$).

По шкале «Долженствования в отношении себя» у большей части прокрастинируемых выявлены высокие баллы, что указывает на отсутствие явно выраженной тенденции к высоким требованиям в отношении себя. Кроме того, у прокрастинаторов более выражена низкая толерантность к фрустрации ($p = 0,000$). Некоторые из полученных результатов подтверждаются данными, полученными в исследовании Xiaochun Li, Mingming Zhou & Xiaotian Zhang (2022). Авторы особо выделили влияние степени фрустрационной толерантности на уровень прокрастинации у студентов (Li, Zhou & Zhang, 2022). Студенты с высоким уровнем прокрастинации плохо переносят травмирующие события или стрессовые ситуации. Это связано с их восприятием жизни, которая представляется им такой, как им хочется, с быстрым и легким разрешением проблем. Но, когда эти ожидания приобретают негативный характер, то прокрастинаторы испытывают стресс и начинают избегать разочаровывающих событий, что, как это ни парадоксально, приводит к усилению фрустрации и еще большему психическому стрессу.

По показателям «Катастрофизации», «Долженствование в отношении других» и

«Самооценка» значимых различий не выявлено, что позволяет отметить, что прокрастинируемым присущи не все категории иррациональных убеждений. Данный факт не вполне соответствует концепции когнитивного подхода к прокрастинации и нуждается в дальнейшем изучении.

Полученные данные свидетельствуют о том, что у прокрастинаторов меньше выражен показатель бдительность ($p = 0,000$). Это означает, что у них отмечается более выраженное стремление избежать ответственности и склонность перекладывать решение важных дел на других людей. Такое избегание позволяет отдалить конфликтную ситуацию, не требует решительных действий и в итоге приводит к прокрастинации. Сходные данные получены в работе Е.И. Сибирцевой, исследовавшей особенности личностных ресурсов людей с различным уровнем прокрастинации. По данным автора, респонденты с низким уровнем прокрастинации демонстрируют «Бдительность» как преобладающую стратегию, предполагающую в стрессовой ситуации рассмотрение альтернатив, поиск эффективного решения, ассимиляцию ситуации, качественную оценку решения перед выбором (Сибирцева, 2016).

Особое значение имеет параметр «Сверхбдительность», среднее значение ранга которого у испытуемых с низким уровнем прокрастинации составило 61,19, а в группе испытуемых с высоким уровнем этот показатель равнялся 99,07. Это позволяет говорить о том, что студенты – прокрастинаторы более склонны к импульсивному принятию решений, что позволяет им избегать решения проблем, а в кризисных ситуациях приводит к «панике» между выбором альтернатив.

У прокрастинаторов выявлены более низкие показатели самоорганизации деятельности: планомерность ($U=1757,5$, при $p=0,000$), целеустремленность ($U=1605,0$, при $p=0,000$), фиксация ($U=1123$, при $p=0,000$) и самоорганизация ($U=1344,5$, при $p=0,000$), ориентация на настоящее ($U=1338$, при $p=0,000$), настойчивость ($U= 2706,5$, при $p=0,041$). Низкие показатели самоорганизации деятельности в группе с высоким уровнем

нем прокрастинации свидетельствуют о проблемах с планированием деятельности и следованием разработанному плану у прокрастинируемых, сложности с постановкой целей и приложением усилий для их достижения, высокую отвлекаемость и отсутствие воли для завершения начатых дел, недостаток обязательности и последовательности в своих действиях, отсутствие склонности при организации своей деятельности прибегать к помощи внешних средств, помогающих в управлении временем, что может негативно сказываться на их уровне самоорганизации, а также нежелание жить в настоящем времени, предпочитая прошлое и будущее. Данные показатели подтверждают результаты исследования уровня прокрастинации в студенческом возрасте, проведенного Е.С. Храменок под руководством профессора Р.К. Карнеева. Исследование связи прокрастинации и самоорганизации, проведенное в 2018 году, показало, что «чем выше уровень прокрастинации, тем ниже самоорганизация и наоборот» (Храменок, 2018). В тоже время, И.А. Еремицкой и И.В. Андреевой не удалось обнаружить связь прокрастинации с планомерностью, фиксацией на структурировании деятельности и самоорганизацией посредством внешних средств (Еремицкая, Андреева, 2019). Т.е. связь прокрастинации и самоорганизации деятельности требует дальнейших исследований.

У прокрастинаторов более выражены стратегии когнитивного копинга. Значимые

различия на высоком уровне значимости обнаружены по всем показателям методики: избегающему поведению ($U=2089,0$, при $p=0,000$), беспокойству и накручиванию ($U=1834,0$, при $p=0,000$), когнитивной переоценке ($U=1473,5$, при $p=0,000$) и непереносимости стрессовых ситуаций ($U=2084,0$, при $p=0,000$). Из полученных данных можно заключить, что испытуемые с высоким уровнем прокрастинации более склонны применять стратегию избегания всего, что заставляет их испытывать беспокойство. Раздражителями могут служить самые различные объекты: люди, места, ситуации, вещи или внутренние ощущения.

Вместе с тем, прокрастинаторы готовы переживать из-за любого изменения в их жизни, которое носит временно негативный характер. Они, в отличие от не прокрастинаторов, более склонны к ошибочной оценке, по которой какая-либо ситуация, объект, ощущение или человек воспринимаются как источник угрозы, хотя в действительности таковым не являются. Также прокрастинаторы не уверены в том, что они способны выдержать давление определенных обстоятельств и груз вызванных ими эмоций.

На заключительном этапе исследования был проведен дискриминантный анализ с целью выявления когнитивных предикторов прокрастинации. Данные дискриминантного анализа отображены в табл. 2.

Таблица 2

Результаты дискриминантного анализа (пошаговый метод)

Table 2

Discriminant analysis results (step by step method)

Шаги	Показатели когнитивных составляющих	Лямбда Уилкса	F	P
1	Ориентация на настоящее	,824	32,913	,000
2	Избегание принятия решений	,725	26,789	,000
3	Бдительность	,669	22,703	,000
4	Стремление к когнитивной закрытости	,638	19,216	,000
5	Толерантность к фрустрации	,615	16,741	,000
6	Самоорганизация	,597	15,373	,000

Результаты дискриминантного анализа свидетельствуют о том, что такие когнитивные особенности, как слабая сосредоточенность на событиях настоящего, привычка избегать принятия решений, ослабленная бдительность, повышенное стремление к когнитивной закрытости, низкая толерантность к фрустрации и низкий уровень самоорганизации активности являются важными предикторами прокрастинации.

Выявленные особенности когнитивных предикторов прокрастинации студентов не только соотносятся с результатами отечественных и зарубежных исследований, но и значительно расширяют данное проблемное поле. До сих пор исследования когнитивных предикторов в отношении откладывания дел на потом были сосредоточены преимущественно на иррациональных искажениях. Проведенное исследование позволяет говорить о комплексе когнитивных предикторов прокрастинации, таких как ориентация на настоящее, избегание принятия решений, сверхбдительность, стремление к когнитивной закрытости, низкая толерантность к фрустрации, низкая самоорганизация.

Заключение (Conclusions). Гипотеза о том, что существуют специфические когнитивные признаки и предикторы прокрастинации в целом подтвердилась. Однако в группе испытуемых с высоким уровнем прокрастинации не наблюдается яркой выраженности иррациональных установок, которые являются основным элементом когнитивного компонента прокрастинации, по мнению сторонников когнитивного подхода. Как следствие, можно предположить, что иррациональные установки не являются ключевым индикатором когнитивной сферы у прокрастинирующих лиц.

У лиц, склонных к прокрастинации, выявлены такие когнитивные параметры, как более низкие показатели самоорганизации деятельности, бдительности, но вместе с тем высокие показатели когнитивной закрытости и низкой толерантности к фрустрации. Кроме того, у прокрастинаторов более выражены стратегии когнитивного копинга: избегающее поведение ($p = 0,000$), тревожность

($p = 0,000$), когнитивная переоценка ($p = 0,000$), непереносимость стрессовых ситуаций ($p = 0,000$).

В целом, для дальнейшего исследования феномена прокрастинации получены уникальные данные о наличии в когнитивной сфере прокрастинации специфических психологических характеристик. Установлены основные параметры и индикаторы, отражающие закономерности определения высокого или низкого уровня прокрастинации, а также их значимость и направленность. Данные, полученные в исследовании, дают возможность заранее определять предрасположенность к прокрастинации и способы ее проявления в различных ситуациях, а также определять условия, отвечающие за её снижение.

Результаты дискриминантного анализа позволили определить показатели, оказывающие наибольшее влияние на включение в группу прокрастинаторов. Это низкая ориентация в настоящем, избегание принятия решений, бдительность, стремление к когнитивной закрытости, низкая толерантность к фрустрации, низкая самоорганизация деятельности. Таким образом, исследование расширяет понимание когнитивной природы прокрастинации.

Список литературы

Гордеева Т.О. Психология мотивации достижения. Учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии. М.: Смысл. 2006. 332 с.

Джансен Э., Иврард У. Детерминанты мужского полового возбуждения // Сексология / Под ред. Д. Н. Исаева. СПб.: Питер. 2001. С. 67-90.

Еремицкая И.А., Андреева И.В. Прокрастинация и самоорганизация у студентов вуза // Общество: социология, психология, педагогика. 2019. №3(15). С. 82-88.

Канеман, Д. Думай медленно... решай быстро. М.: АСР. 2017. 656 с.

Карловская Н.Н., Баранова Р.А. Взаимосвязь общей и академической прокрастинации и тревожности у студентов с разной академической успеваемостью // Психология в вузе. 2008. № 3. С. 38-49.

Кормачева И.Н. Эмоциональные, волевые

и мотивационные детерминанты прокрастинации личности (на примере учебной активности): Дисс. ... канд. псих. наук. СПб. 2021. 200 с.

Роджерс К.Р. Становление личности. Взгляд на психотерапию. М.: Эксмо-Пресс. 2001. 240 с.

Рызова С.В. Влияние прокрастинации на психологическую адаптацию учащейся молодежи и ее психологическая коррекция методами когнитивно-поведенческой психотерапии: Дисс. ... канд. мед. наук. М. 2019. 142 с.

Сибирцева Е.И. Личностные ресурсы людей с различным уровнем прокрастинации // Вестник КРАУНЦ. Гуманитарные науки. 2016. №1(27). С.74-83.

Фестингер Л. Введение в теорию диссонанса // Современная зарубежная социальная психология. Тексты / под ред. Г.М. Андреевой, Н.Н. Богомоловой, Л.А. Петровской. М.: Изд-во Моск. ун-та. 1984. С. 97-111.

Холодная М.А. Когнитивные стили. О природе индивидуального ума. СПб.: Питер, 2004. 384 с.

Храменок Е.С. Исследование уровня прокрастинации в студенческом возрасте // Организационные и психолого-педагогические проблемы безопасности личности и социальной среды: Материалы Международной научно-практической конференции, Брянск, 25-26 апреля 2018 года. Брянск: РИСО БГУ. 2018. С. 288-293.

Чеврениди А.А. Взаимосвязь временной перспективы и прокрастинации у сотрудников разного должностного статуса: Дис. ... канд. псих. наук. М. 2019. 196 с.

Ясин М.И. Концепция когнитивной закрытости: история и смежные понятия // Вестник КГУ. Серия: Педагогика. Психология. Социоконетика. 2020. Т. 26. № 1. С. 174-181.

Aftab S., Klibert J., Holtzman N. et al. Schemas Mediate the Link Between Procrastination and Depression: Results from the United States and Pakistan // Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy. 2017. Vol. 35. P. 329-345.

Atalayin C., Balkis M., Tezel H., Kayrak G. Procrastination and predictor variables among a group of dental students in Turkey // Psychol Health Med. 2018. Vol. 23(6). P. 726-732.

Balkis M., Duru E. Procrastination and Rational/Irrational Beliefs: A Moderated Mediation Model // Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy. 2019. Vol. 37(3). P. 299-315.

Beck A., Rush A., Shaw B., Emery G. Cognitive Therapy of Depression. New York: Guilford. 1979.

Burka J., Yuen L. Procrastination: Why you do it, what to do about it. Cambridge: Da Capo. 1983.

Chun Chu A.H., Choi J.N. Rethinking of Procrastination: Positive Effects of «Active» procrastination behaviour on attitudes and performance // The Journal of Social Psychology. 2005. Vol. 145(3). P.245-264.

Ellis A., Knaus W.J. Overcoming procrastination. New York: Signet Books. 1977.

Ferrari J.R., Tice D.M. Procrastination as a Self-Handicap for Men and Women: A Task-Avoidance Strategy in a Laboratory Setting // Journal of Research in Personality. 2000. Vol. 34. P. 73-83.

Ferrari J.R., Wolfe R.N., Wesley J. C., Schoff L.A., Beck B.L. Ego-identity and academic procrastination among university students // Journal of College Student Development. 1995. Vol. 36. P. 361-367.

Flett G.L., Stainton M., Hewitt P.L. et al. Procrastination Automatic Thoughts as a Personality Construct: An Analysis of the Procrastinatory Cognitions Inventory // Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy. 2012. Vol. 30. P. 223-236.

Geertman E., Valk A. Academic procrastination: the underlying psychological and neurological factors // Radboud annals of medical students. 2021. Vol. 19. P. 11-17

Gustavson D.E., Miyake A., Hewitt J.K., Friedman N.P. Understanding the cognitive and genetic underpinnings of procrastination: Evidence for shared genetic influences with goal management and executive function abilities // Journal of Experimental Psychology: General. 2015. Vol. 144(6), P.1063-1079.

Haghbin M., McCaffrey A., Pychyl T.A. The complexity of the relation between fear of failure and procrastination // Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy. 2012. Vol. 30(4). P. 249-263.

Kukla A. Mental Traps: Stupid Things That Sane People Do to Mess Up Their Minds. New York: McGraw-Hill, 2007.

Lay C.H. At last, my research article on procrastination // Journal of Research in Personality. 1986. Vol. 20(4). P. 474-495.

Maddi S., Kobasa S. The Hardy Executive: Health under Stress. Homewood (IL): Dow Jones-Irwin, 1984.

McCown B., Blake I.K., Keiser R. Content analyses of the beliefs of academic procrastinators // *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*. 2012. Vol. 30(4). P. 213-222.

Milgram N.A., Gehrman T., Keinan G. Procrastination and emotional upset: A typological model // *Personality and Individual Differences*. 1992. Vol. 13(12). P. 1307-1313.

Özer B.U., Demir A., Ferrari J. Exploring academic procrastination among Turkish students: Possible gender differences in prevalence and reasons // *The Journal of Social Psychology*. 2009. Vol. 149(2). P. 241-257.

Powers T.A., Koestner R., Zuroff D.C. Self-criticism, goal motivation, and goal progress // *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2007. Vol. 26(7). P. 826-840.

Pratkanis A.R., Breckler S.J., Greenwald A.G. Attitude structure and function. Philadelphia, PA: Psychology Press, 1989.

Sigall H., Kruglanski A., Fyock J. Wishful thinking and procrastination // *Journal of social behavior and personality*. 2000. Vol. 15(5). P. 283-296.

Sirois F.M. Is procrastination a vulnerability factor for hypertension and cardiovascular disease? Testing an extension of the procrastination-health model // *Journal of Behavioral Medicine*. 2015. Vol. 38(3). P. 578-589.

Steel P.D.G. The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential selfregulatory failure // *Psychological Bulletin*. 2007. Vol. 133(1). P. 65-94.

Xiaochun L., Mingming Z., Xiaotian Z. Rational and Irrational Beliefs in Understanding Academic Procrastination // *Journal of Genetic Psychology*. 2022. Vol. 183(1). P. 23-39.

References

Gordeeva, T.O. (2006), *Psikhologija motivatsii dostizhenija* [Psychology of achievement motivation], Smysl, Moscow, Russia.

Janssen, E. and Everaerd, W. (2001), *Determinants of Male Sexual Arousal* [Determinanty mužskogo polovogo возбуждения], in Isaev, D.N. (ed.), Piter, St.-Petersburg, Russia.

Eremickaja, I.A. and Andreeva, I.V. (2019), "Procrastination and self-organization among university students", *Obshchestvo: sotsiologija, Psikhologija, pedagogika*, 3(15), 82-88. (In Russian).

Kahneman, D. (2017), *Dumaj medlenno...reshaj bystro* [Thinking, fast and slow], ASR, Moscow, Russia.

Karlovskaja, N.N. and Baranova, R.A. (2008), "Relationship between general and academic procrastination and anxiety among students with different academic performance", *Psikhologija v vuze*, 3, 38-49. (In Russian).

Kormacheva, I.N. (2021), "Emotional, volitional and motivational determinants of personality procrastination (on the example of learning activity)", Abstract of Ph.D. dissertation, General psychology, personality psychology, history of psychology, A.I. Herzen Russian State Pedagogical University, St.-Petersburg, Russia.

Rogers, K.R. (2001), *Stanovlenie lichnosti. Vzglyad na psikhoterapiju* [The formation of personality. A look at psychotherapy], Transl. by Zlotnik, Jeksmo-Press, Moscow, Russia.

Ryzova, S.V. (2019), "The influence of procrastination on the psychological adaptation of young students and its psychological correction by methods of cognitive-behavioral psychotherapy", Abstract of Ph.D. dissertation, Rehabilitation medicine, sports medicine, exercise therapy, balneology and physiotherapy, Moscow Scientific and Practical Center for Medical Rehabilitation, Restorative and Sports Medicine of the Moscow Department of Health, Moscow, Russia.

Sibirtseva, E.I. (2016), "Personal resources of people with different levels of procrastination", *Bulletin KRASEC. Humanitarian sciences*, 1(27), 74-83. (In Russian).

Festinger, L. (1984), "An Introduction to the Theory of Dissonance", in G.M. Andreeva, N.N. Bogomolova, L.A. Petrovskaya (ed.), *Sovremennaja zarubezhnaja sotsial'naja Psikhologija. Teksty* [Modern foreign social psychology. Texts], Moscow University, Moscow, Russia, 97-111.

Holodnaja M.A. (2004), *Kognitivnye stili. O prirode individual'nogo uma* [Cognitive styles. On the nature of the individual mind], Piter, St.-Petersburg, Russia.

Hramenok, E.S. (2018), "Study of the level of procrastination in student age", *Proc. of the International scientific conference "Organizatsionnye i psikhologo-pedagogicheskie problemy bezopasnosti lichnosti i sotsial'noj sredy"*, Brjansk, Russia.

Chevrenidi, A.A. (2019), "The relationship between time perspective and procrastination among employees of different job status", Abstract of Ph.D. dissertation, Psychology, National Research University Higher School of Economics, Moscow, Russia.

Yasin, M.I. (2020), "The concept of cognitive closure: history and related concepts", *Vestnik KGU. Serija: Pedagogika. Psikhologija. Sociokinetika*,

26(1), 174-181. (In Russian).

Aftab, S., Klibert, J. and Holtzman, N. et al. (2017), "Schemas Mediate the Link Between Procrastination and Depression: Results from the United States and Pakistan", *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 35, 329-345. (Netherlands).

Atalayin, C., Balkis, M., Tezel, H. and Kayrak, G. (2018), "Procrastination and predictor variables among a group of dental students in Turkey". *Psychol Health Med*, 23(6), 726-732. (USA).

Balkis, M. and Duru, E. (2019), "Procrastination and rational/irrational beliefs: A moderated mediation model", *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 37(3), 299-315. (Netherlands).

Beck, A., Rush, A., Shaw, B. and Emery G. (1979), *Cognitive Therapy of Depression*, Guilford, New York, USA.

Burka, J. and Yuen, L. (1983), *Procrastination: Why you do it, what to do about it*, Da Capo, Cambridge, UK.

Chun Chu, A.H. and Choi, J.N. (2005), "Re-thinking of Procrastination: Positive Effects of «Active» procrastination behaviour on attitudes and performance" *The Journal of Social Psychology*, 145(3), 245-264. (USA).

Ellis, A. and Knaus, W.J. (1977), *Overcoming procrastination*, Signet Books, New York, USA.

Ferrari, J.R. and Tice, D.M. (2000), "Procrastination as a Self-Handicap for Men and Women: A Task-Avoidance Strategy in a Laboratory Setting". *Journal of Research in Personality*, 34, 73-83. (USA).

Ferrari, J.R., Wolfe, R.N., Wesley, J.C., Schoff, L.A. and Beck, B.L. (1995), "Ego-identity and academic procrastination among university students", *Journal of College Student Development*, 36, 361-367. (USA).

Flett, G.L., Stainton, M. and Hewitt, P.L. et al. (2012), "Procrastination Automatic Thoughts as a Personality Construct: An Analysis of the Procrastinatory Cognitions Inventory", *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 30, 223-236. (Netherlands).

Geertman, E. and Valk, A. (2021), "Academic procrastination: the underlying psychological and neurological factors", *Radboud annals of medical students*, 19, 11-17. (Netherlands).

Gustavson, D.E., Miyake, A., Hewitt, J.K. and Friedman, N.P. (2015), "Understanding the cognitive and genetic underpinnings of procrastination: Evidence for shared genetic influences with goal

management and executive function abilities", *Journal of Experimental Psychology: General*, 144(6), 1063-1079. (USA).

Haghbin, M., McCaffrey, A. and Pychyl, T.A. (2012), "The complexity of the relation between fear of failure and procrastination", *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 30(4), 249-263. (Netherlands).

Kukla A. (2007), *Mental Traps: Stupid Things That Sane People Do to Mess Up Their Minds*, McGraw-Hill, New York, USA.

Lay, C.H. (1986), "At last, my research article on procrastination", *Journal of Research in Personality*, 20 (4), 474-495. (USA).

Maddi, S. and Kobasa, S. (1984), *The Hardy Executive: Health under Stress*. Homewood (IL): Dow Jones – Irwin, USA.

McCown, B., Blake, I.K. and Keiser, R. (2012), "Content analyses of the beliefs of academic procrastinators", *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 30(4), 213-222. (Netherlands).

Milgram, N.A., Gehrman, T. and Keinan, G. (1992), Procrastination and emotional upset: A typological model", *Personality and Individual Differences*, 13(12), 1307-1313. (UK).

Özer, B.U., Demir, A. and Ferrari, J. (2009), "Exploring academic procrastination among Turkish students: Possible gender differences in prevalence and reasons", *The Journal of Social Psychology*, 149(2), 241-257. (USA).

Powers, T.A., Koestner, R. and Zuroff, D.C. (2007), "Self-criticism, goal motivation, and goal progress", *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26(7), 826-840. (USA).

Pratkanis, A.R., Breckler, S.J. and Greenwald, A.G. (1989), *Attitude structure and function*. Psychology Press, Philadelphia, PA.

Sigall, H., Kruglanski, A. and Fyock, J. (2000), "Wishful thinking and procrastination", *Journal of social behavior and personality*, 15(5), 283-296. (New Zealand).

Sirois, F.M. (2015), "Is procrastination a vulnerability factor for hypertension and cardiovascular disease? Testing an extension of the procrastination-health model", *Journal of Behavioral Medicine*, 38(3), 578-589. (USA).

Steel, P.D.G. (2007), "The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential selfregulatory failure", *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94. (USA).

Xiaochun, L., Mingming, Z. and Xiaotian, Z. (2022), “Rational and Irrational Beliefs in Understanding Academic Procrastination”, *Journal of Genetic Psychology*, 183(1), 23-39. (USA).

Информация о конфликте интересов: автор не имеет конфликта интересов для декларации.

Conflicts of Interest: the author has no conflict of interests to declare.

Данные автора:

Сманов Дастан Абдрахманович, аспирант кафедры психологии, Челябинский государственный университет.

About the author:

Dastan A. Smanov, Postgraduate Student, Department of Psychology, Chelyabinsk State University.



Оригинальное исследование

УДК 159.9

DOI: 10.18413/2313-8971-2023-9-2-0-9

¹⁾Буравлева Н.А.* ,

²⁾Беляев А.А. ,

²⁾Богомаз С.А. ,

²⁾Галкин Д.В. ,

³⁾Корнев В.И. 

Психологическая готовность к деятельности студентов творческих специальностей в ситуации вынужденной изоляции

¹⁾Томский государственный педагогический университет,
ул. Киевская, д. 60, г. Томск, 634061, Россия,
buravljova-nata-bn@rambler.ru*

²⁾Национальный исследовательский Томский государственный университет,
пр. Ленина, д. 36, г. Томск, 634050, Россия

³⁾Томский государственный архитектурно-строительный университет,
пл. Соляная, д. 2, г. Томск, 634003, Россия

*Статья поступила 27 февраля 2023; принята 14 июня 2023;
опубликована 30 июня 2023*

Аннотация. *Введение.* Пандемия стала серьезным испытанием для людей, обострила внимание к их ресурсам, прежде всего, таким, как готовность к деятельности. Учитывая, что одной из социальных групп, наиболее уязвимых к ситуации пандемии, явилась молодежь, целью исследования стало изучение психологических характеристик готовности к деятельности студентов в условиях вынужденной изоляции. *Материалы и методы.* В исследовании приняли участие студенты творческих специальностей вузов (N=106). Использовались следующие измерительные шкалы и опросники: Шкала самооценки инновативных качеств личности (СИКЛ), Шкала «Открытость» опросника «Большая пятерка», «Портретный ценностный опросник-Пересмотренный» (Portrait Values Questionnaire-Revised – PVQ-R; Ш. Шварц и др.; модификация К.В. Сугоняева), Шкалы: «Целеустремленность» и «Планомерность» опросника самоорганизации деятельности (ОСД) Е.Ю. Мандриковой, Шкала «Системная рефлексия» опросника «Дифференциальный тест рефлексивности» (Д.А. Леонтьев, Е.Н. Осин), Шкала «Удовлетворенность жизнью» (Э. Динер; в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.Н. Осина), «Индекс личностной готовности к деятельности». Обработка результатов осуществлялась с помощью программы Statistica 10.0. В ходе исследования применялись описательная статистика (среднее значение, стандартное отклонение, коэффициенты асимметрии и эксцесса, нормальность), регрессионный и кластерный анализ. *Результаты исследования и вывод:* проведено экспериментальное исследование, в ходе которого сопоставлены результаты исследований, проведенных в разное время: до пандемии и во время пандемии, а также среди студентов творческих специальностей и студентов, обуча-

ющихся по обычным специальностям. Выявлено, что психологические характеристики готовности к деятельности студентов творческих специальностей в условиях пандемии практически не изменились, кроме одного: открытости знаниям. Подтверждена гипотеза исследования о том, что психологическая готовность к деятельности студентов творческих специальностей в ситуации вынужденной изоляции обусловлена, прежде всего, креативностью и открытостью опыту. При выборе ценностей студенты предпочитают «Открытость изменениям», а не «Сохранение». Кластерный анализ установил, что студенты отличаются друг от друга по таким характеристикам как «Планирование», «Целеполагание», «Удовлетворенность жизнью», «Рефлексия», «Открытость опыту», «Креативность», которые дифференцируют обучающихся на категории с разной степенью психологической готовности к деятельности: готовых воспринимать изменения, быть эффективными в ситуации кардинальных трансформаций и категорию студентов, склонных к упрощению реальности и адаптивным стратегиям поведения. Психологические характеристики готовности к деятельности студентов творческих специальностей можно рассматривать в качестве личностных ресурсов, помогающих молодым людям находить позитивные возможности в сложных ситуациях, выстраивать стратегии деятельности в неопределенных обстоятельствах. Существенной составляющей процесса подготовки специалистов в вузе должно быть их личностное развитие.

Ключевые слова: вынужденная изоляция; пандемия; психологическая готовность к деятельности; студенты творческих специальностей; личность

Информация для цитирования: Буравлева Н.А., Беляев А.А., Богомаз С.А., Галкин Д.В., Коренев В.И. Психологическая готовность к деятельности студентов творческих специальностей в ситуации вынужденной изоляции // *Научный результат. Педагогика и психология образования*. 2023. Т.9. №2. С. 110-128. DOI: 10.18413/2313-8971-2023-9-2-0-9.

¹⁾N.A. Buravleva* ,
²⁾A.A. Belyaev ,
²⁾S.A. Bogomaz ,
²⁾D.V. Galkin ,
³⁾V.I. Korenev 

**Psychological readiness for the activity of students
of creative specialties in a situation of forced isolation**

¹⁾Tomsk State Pedagogical University,
60 Kievskaya Str., Tomsk, 634061, Russia
buravljova-nata-bn@rambler.ru*

²⁾National Research Tomsk State University,
36 Lenin Ave., Tomsk, 634050, Russia

³⁾Tomsk State University of Architecture and Civil Engineering,
2 Solyanaya Sq., Tomsk, 634003, Russia

*Received on February 27, 2023; accepted on June 14, 2023;
published on June 30, 2023*

Abstract. Introduction. The pandemic has severely tested people, sharpening attention to their resources, above all, such as readiness to act. Considering that one of the social groups most vulnerable to the pandemic situation was the youth, the purpose of the study was to study the psychological characteristics of students' readiness for activity in conditions of forced isolation. *Materials and methods:* university students of creative specialties of (N=106) took part in the study. The following measuring scales and questionnaires were used: The Scale of self-assessment of innovative personality qualities (CYCLE), the Scale of "Openness" of the questionnaire "Big Five", "Portrait Values Questionnaire-Revised" (Portrait Values Questionnaire-Revised – PVQ-R; Sh. Schwartz et al.; modification of K.V. Sugonyaev), Scales: "Purposefulness" and the "Regularity" of the questionnaire of self-organization of activity (OSD) by E.Y. Mandrikova, the scale of "System reflection" of the questionnaire "Differential test of reflexivity" (D.A. Leontiev, E.N. Osin), The scale of "Life satisfaction" (E. Diener; in the adaptation of D.A. Leontiev, E.N. Osin), "Index of personal readiness for activity". The results were processed using the Statistica 10.0 program. Descriptive statistics (mean, standard deviation, coefficients of asymmetry and kurtosis, normality), regression and cluster analysis were used during the study. *Research results and conclusion:* an experimental study was conducted, during which the results of studies conducted at different times were compared: before the pandemic and during the pandemic, as well as among students of creative specialties and students studying in ordinary specialties. It was revealed that the psychological characteristics of readiness for the activities of students of creative specialties in the conditions of the pandemic have practically not changed, except for one thing: openness to knowledge. The hypothesis of the study is confirmed that the psychological readiness for the activity of students of creative specialties in a situation of forced isolation is primarily due to creativity and openness to experience. When choosing values, students prefer "Openness to Change" rather than "Preservation". Cluster analysis has established that students differ from each other in such characteristics as "Planning", "Goal-setting", "Life satisfaction", "Reflection", "Openness to experience", "Creativity", which differentiate students into categories with varying degrees of psychological readiness for activity: ready to perceive changes, to be effective in situations of cardinal transformations and the category of students who tend to simplify reality and adaptive behavior strategies. Psychological characteristics of readiness for the activity of students of creative specialties can be considered as resources that help young people to find positive opportunities in difficult situations, to build strategies for activities in uncertain circumstances. The results of the study emphasize that an essential component of the process of training specialists at the university should be their personal development.

Keywords: forced isolation; pandemic; psychological readiness for activity; students of creative specialties; personality

Information for citation: Buravleva, N.A., Belyaev, A.A., Bogomaz, S.A., Galkin, D.V. and Korenev, V.I. (2023), "Psychological readiness for the activity of students of creative specialties in a situation of forced isolation", *Research Result. Pedagogy and Psychology of Education*, 9 (2), 110-128, DOI: 10.18413/2313-8971-2023-9-2-0-9.

Введение (Introduction). Пандемия COVID-19 внесла существенные изменения в жизнь людей, породила множество негативных психологических реакций, тревогу,

опасения, страхи. Она явилась для населения стрессогенным событием, выбившим из привычной колеи обыденной жизни, значи-

тельно ограничила свободу выбора и планирование деятельности человека. Сильное влияние на состояние людей оказала ситуация неопределенности, изменение устоявшихся форм взаимодействия (Сидячева, Зотова, 2020; Нестик, 2020; Pedrosa et al., 2020).

Психологи отмечают, что режим изоляции принес с собой психически неблагоприятные состояния у большого количества жителей нашей страны и зарубежья, так как длительное пребывание в замкнутом пространстве само по себе небезопасно для психики. Такие ограничительные меры как обязательная самоизоляция, утрата привычного образа жизни, проблемы в реализации базовых потребностей для многих явились факторами стресса (Büssing et al., 2020). Наибольшее напряжение у людей вызывали необходимость социального дистанцирования, переход на удаленную учебу (или работу), когда привычные границы между учебой (работой) и домом разрушились. Многие отмечали изматывающее влияние монотонии, однообразия, бесконечного «дня сурка», нехватку сенсорных ощущений. По данным исследований, стресс, депрессия и тревога были отмечены у населения разных стран (Гриценко и др., 2020; Brooks et al., 2020; Montemurro, 2020; Pakpour, Griffiths, 2020).

Ученые выделили среди наиболее уязвимых категорий молодежь, считая, что ситуация пандемии явилась для нее источником усиления таких психических состояний как скука, стигматизация, беспокойство, фобия, разочарование и раздражение (Гриценко и др., 2020; Lopez-Núñez et al., 2021; Филленко, Богомаз, 2022). По половому признаку в большей степени соматической нагрузке были подвержены женщины (Zolotareva A. et al. 2023) Несмотря на ситуацию жестких ограничений карантинных мероприятий молодым людям необходимо было сохранять продуктивность в деятельности. В связи с этим возникла необходимость исследования характеристик психологической готовности студенческой молодежи к деятельности в условиях кардинальных изменений жизнедеятельности. Особую акту-

альность приобрело изучение психологической готовности к деятельности обучающихся творческих специальностей в условиях монотонии, однообразия, когда, несмотря на резко изменившиеся средовые условия, необходимо было порождать новые идеи, создавать креативный продукт, проявлять инициативу, самостоятельность, действовать нестандартно.

Учитывая чувствительность молодежи к новизне, открытости, инновативности, креативности, мы посчитали важным изучить, соотношение таких психологических характеристик готовности к деятельности у студентов как открытость к знаниям, опыту; мета-ценности открытости изменениям и сохранения; целеполагание, рефлексия, планирование; креативность. Один из ключевых вопросов для нас был: какие психологические характеристики являются наиболее значимыми предикторами психологической готовности к деятельности студентов в условиях вынужденной изоляции.

Анализ психологических характеристик обучающихся в условиях вынужденной изоляции можно рассматривать как шаг в выявлении личностных ресурсов, которые позволяют смягчать негативное влияние резких перемен на психическое состояние молодых людей, сохранять продуктивность деятельности в нетипичных условиях.

Актуальность исследования заключается в том, что при прогнозируемой тенденции к ускорению изменений в социуме, росту таких факторов как неопределенность, выявление значимых компонентов готовности к деятельности в ситуации существенных социальных трансформаций может способствовать пониманию наиболее важных психологических характеристик деятельности человека в подобных обстоятельствах.

В связи с этим **целью нашего исследования** явилось изучение психологической готовности студентов творческих специальностей к деятельности в условиях вынужденной изоляции.

Для реализации цели нам необходимо было решить следующие задачи:

1) изучить, отличаются или нет характеристики психологической готовности к деятельности студентов в ситуации вынужденной изоляции и в условиях обычной обстановки; кроме этого, сопоставить результаты диагностики студентов творческих специальностей и студентов, обучающихся не по творческим специальностям, в условиях пандемии;

2) выявить наиболее значимые характеристики психологической готовности к деятельности респондентов в условиях вынужденной изоляции;

3) провести кластерный анализ для классификации студентов по существенным параметрам психологической готовности к деятельности в ситуации вынужденной изоляции.

Объектом исследования стала готовность к деятельности студентов; предметом исследования – психологическая готовность к деятельности студентов творческих специальностей в ситуации вынужденной изоляции.

В качестве гипотезы мы предположили, что наиболее значимыми психологическими характеристиками готовности к деятельности студентов творческих специальностей являются креативность и открытость опыту, которые можно рассматривать как ресурсы в ситуации вынужденной изоляции.

Новизной исследования явилось изучение психологической готовности к деятельности студентов творческих специальностей в нетипичных условиях в период пандемии COVID-19.

Теоретическая основа (The theoretical basis). Деятельность является значимой составляющей в жизни человека. По мнению А.Н. Леонтьева, она связывает людей, во-первых, с миром, и, во-вторых, с культурой человечества. Она проявляется в активности человека, выступает как форма его взаимодействия с миром, ориентирована на сознательно поставленную цель. Реальным базисом личности человека является совокупность его общественных по своей природе отношений к миру, которые реализуются его деятельностью (Леонтьев, 2005: 140).

Деятельность обеспечивает режим саморазвития как стратегический фактор жизнеосуществления. С.Л. Рубинштейн обращает внимание на то, что в деятельности происходит развитие субъекта, формирование различных способов ее реализации, разрешения противоречий, возникающих в процессе деятельности. Характер осуществляемой человеком деятельности в значительной степени влияет на продуктивность его психического развития и саморазвития (Рубинштейн, 2021).

В деятельности человек выступает как создатель, творец. Он решает, что и как должен делать, выбирает методы и средства, оценивает собственные ресурсы. Для осуществления деятельности важны личностные особенности человека. В процессе деятельности человек преобразует свои способности, обеспечивает изменения в обществе. В.Д. Шадриков считает: «с одной стороны, требования деятельности реализуются через внутренний мир, а, с другой стороны, в деятельности развивается внутренний мир человека» (Шадриков, 2013: 57). Программа деятельности реализуется субъектом с учетом его личностных качеств, богатства внутреннего мира (Шадриков, 2013: 105-106).

Деятельность обладает такими характерными особенностями, как наличие цели и направленность на результат. При рассмотрении деятельности как способа бытия человека важно, прежде всего, изучить сущностные силы человека, как они реализуются в деятельности, каков системогенез этих сил при реализации целей деятельности в конкретных условиях (Шадриков, 2013: 32). Понять деятельность можно через раскрытие сущности человека действующего. От понимания сущностных сил как задачи психологического изучения деятельности следует обратиться к пониманию решения вопроса о том, как последние обеспечивают функционирование и структуру деятельности человека (Леонтьев, 2005; Шадриков, 2013: 44-45).

По мнению В.А. Мазилова, Ю.Н. Слепко, психологическое понимание деятельности должно быть ориентировано на понимание внутренних источников ее реализации, а также их развития (Мазилов,

Слепко, 2016). Изучая психологическую готовность к деятельности студентов, М. Кек, Н. Huijser отмечают ее взаимосвязь с индивидуальными характеристиками респондентов (Кек, Huijser, 2011). А.Н. Леонтьев резюмирует, что направление исследования деятельностей должно быть ориентировано, прежде всего, на то, «как и какие процессы их реализуют, делают их возможными» (Леонтьев, 2005: 142).

Анализируя понятие «готовность» с психологической точки зрения, необходимо отметить, что это внутренняя настроенность личности на определенное поведение при выполнении каких-либо конкретных задач, установка на активные и целесообразные действия. Базовые теоретические положения психологической готовности к деятельности обозначены в трудах А.Н. Леонтьева, А.А. Деркача, М.И. Дьяченко, И.Н. Назимова. Они подчеркивают, что среди различных параметров готовности к деятельности психологическая составляющая существенно определяет ее продуктивность. Психологическая готовность к деятельности отличается динамичной структурой, включающей в себя функциональные, операциональные и личностные компоненты. Р.Д. Санжаева делает акцент на многоаспектности, интегративности, системности этого понятия (Санжаева, 2016).

М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович, А.А. Деркач подразделяют психологическую готовность на ситуативную и долговременную. Ситуативная готовность в большей степени связана с состоянием личности, долговременная отражает устойчивую характеристику личности. По мнению ученых, долговременная и ситуативная готовности к деятельности представляют собой функциональное целое и органично перетекают друг в друга (Деркач, 2004; Дьяченко, Кандыбович, 1978).

В современной научной литературе среди множества подходов при изучении психологической готовности к деятельности человека наиболее актуальны такие, как личностный, функциональный, системный, личностно-деятельностный. Они трактуют психологическую готовность к деятельности как

значимое условие целенаправленной деятельности, мобилизацию возможностей личности, как проявление сформированности необходимой системы качеств личности, обуславливающих эффективность деятельности.

Системный характер психологической готовности к деятельности предполагает выявление структуры, компонентов рассматриваемого понятия. К базовым характеристикам, которые мы считали необходимым изучить, исходя из определения психологической готовности к деятельности, мы отнесли следующие:

- целеполагание (способность адекватно, точно, своевременно осуществлять выбор и постановку целей деятельности);

- планирование (способность успешно планировать деятельность в соответствии с ее целями, задачами, имеющимися субъективными и объективными ресурсами, а также ситуативными особенностями);

- рефлексия (способность компетентно оценивать промежуточные и конечные результаты деятельности, а также способы (стратегии) их достижения);

- удовлетворенность жизнью (оценочная характеристика, отражающая субъективные оценки человеком, связанные с качеством результатов его деятельности и ее общей успешностью);

- ценности «Открытость изменениям» и «Сохранение» (руководящие принципы жизни, убеждения, которые определяют выбор, оценку событий, поведение и деятельность человека).

О том, что эти психологические компоненты являются базовыми для выполнения различных видов деятельности свидетельствуют модели функциональной системы П.К. Анохина, психологической системы деятельности В.Д. Шадрикова, а также результаты эмпирических исследований, в которых приводятся доказательства взаимосвязи уровней сформированности указанных компонентов с характеристиками успешности учебной, учебно-профессиональной и профессиональной деятельности (Анохин, 1975; Шадриков, 2013).

Немаловажным фактором изучения деятельности является средовой фактор. Условия вынужденной изоляции ставят исследователей перед решением такой задачи, как психологическая готовность к деятельности в измененных условиях среды, с резким нарушением традиционных условий осуществления деятельности. Так, в ситуации вынужденной изоляции в связи с карантинными мероприятиями для обучающихся были внесены новые параметры процесса обучения, большая доля неопределенности, кардинально иные обстоятельства жизни и взаимодействия с другими людьми. В связи с этим особую актуальность приобретают вопросы, связанные с психологической готовностью к деятельности в новых условиях.

Ученые отмечают, что средовой фактор накладывает отпечаток на результативность деятельности. Так, например, R.M. Ryan, E.L. Deci подчеркивают, что активность, вовлеченность людей или, наоборот, пассивность и отчужденность, в значительной степени зависят от социальных условий, в которых они функционируют. Социальные контексты могут способствовать или препятствовать эффективной деятельности. Изменения социального пространства во многом определяют поведение, деятельность человека, ее эффективность (Ryan, Deci, 2000).

Теоретический анализ, проведенный нами, позволил выделить основные суждения, которые легли в основу нашего исследования:

- 1) психологическая составляющая готовности к деятельности существенно определяет ее продуктивность;
- 2) системный характер психологической готовности к деятельности предполагает выявление структуры, компонентов рассматриваемого понятия;
- 3) психологическая готовность к деятельности респондентов имеет взаимосвязь с их индивидуальными характеристиками;
- 4) социальные контексты во многом определяют результативность деятельности человека.

Материалы и методы исследования (Methodology and methods). В исследовании приняли участие студенты творческих специальностей вузов г. Томска: архитектурного факультета Томского государственного архитектурно-строительного университета (ТГАСУ) и Института искусств и культуры Национального исследовательского Томского государственного университета (НИ ТГУ) 1-4 курса (N=106). Все респонденты женского пола, средний возраст $18,9 \pm 1,45$ лет.

В исследовании использовались следующие измерительные шкалы и опросники:

1. Учитывая, что в исследовании принимали участие студенты творческих специальностей, которые должны быть ориентированы на создание новых идей, умение принимать нестандартные решения, осуществлять креативные проекты, мы посчитали целесообразным использовать Шкалу самооценки инновативных качеств личности (СИКЛ), которая включала в себя три субшкалы: «Креативность», «Риск ради успеха», «Ориентация на будущее», а также «Интегральный индекс инновативности», который рассчитывается как среднеарифметическое значение показателей «Креативность», «Риск ради успеха» и «Ориентация на будущее (Лебедева, Тартарко, 2009).

2. Шкала «Открытость» опросника «Большая пятерка», которая представлена двумя субшкалами: «Открытость опыту» и «Открытость знаниям (культуре)» (Carra et al., 1993; Воронкова, Радюк, Басинская, 2017).

3. «Портретный ценностный опросник-Пересмотренный» (Portrait Values Questionnaire-Revised – PVQ-R; Ш. Шварц и др.; модификация К.В. Сугоняева), с помощью которого оценивались базовые ценности по 5-балльной системе Лайкерта в интервале от 1 до 5 баллов. Мы анализировали метаценности «Открытость изменениям» и «Сохранение» (Карандашев, 2004; Schwartz, 2012; Сугоняев, 2018).

4. Шкалы: «Целеустремленность» и «Планомерность» опросника самоорганизации деятельности (ОСД) Е.Ю. Мандриковой (Мандрикова, 2010).

5. Шкала «Системная рефлексия» опросника «Дифференциальный тест рефлексивности» (Д.А. Леонтьев, Е.Н. Осин) (Леонтьев, Осин, 2014).

6. Шкала «Удовлетворенность жизнью» (Э. Динер; в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.Н. Осина) (Осин, Леонтьев, 2020).

7. На основе шкал «Целеустремленность», «Планомерность», «Системная рефлексия», «Удовлетворенность жизнью» вычислялся «Индекс личностной готовности к деятельности» (индекс ЛГД) как среднеарифметическое нормированное значение этих четырех параметров, которые были переименованы, соответственно, в «Целеполагание», «Планирование», «Рефлексия» и «Удовлетворенность жизнью».

В данном исследовании в совокупности были проанализированы 13 показателей и индексов, использована интеграция перечисленных выше шкал и показателей, представляющих характеристики психологической готовности к деятельности обучающихся. При исследовании нами были использованы нормативные показатели, полученные в результате исследования по аналогичным психологическим характеристикам студентов в рамках грантового проекта РФФИ №18-013-00781 «Ценностные ориентации и психологическая система деятельности молодежи в меняющемся мире: Кросс-культурный анализ», 2018-2020 г., руководитель С.А. Богомаз¹, а также были вычислены показатели у девушек-студенток, обучающихся не по творческим специальностям, в условиях пандемии (2021-2022 гг.). Результаты исследования были сопоставлены с результатами исследований, проведенных на больших выборках в допандемийный период. Мы использовали семибалльную градацию уровней: «Норма», «Немного выше нормы», «Сильно выше нормы», «Очень сильно выше нормы», «Немного ниже нормы», «Сильно ниже нормы», «Очень сильно ниже нормы».

Обработка результатов осуществлялась с помощью программы Statistica 10.0. В ходе

исследования применялись описательная статистика (среднее значение, стандартное отклонение, коэффициенты асимметрии и эксцесса, нормальность). Обработку результатов мы проводили с помощью регрессионного анализа для выявления наиболее значимых характеристик психологической готовности к деятельности респондентов, а также кластерного анализа для классификации студентов по существенным параметрам психологической готовности к деятельности в условиях вынужденной изоляции.

Научные результаты и дискуссия. (Research Results and Discussion). С помощью вышеперечисленных методик нами были изучены психологические характеристики студентов. Описательная статистика (среднее значение, стандартное отклонение, асимметрия и эксцесс) приведена в табл. 1. Статистические показатели асимметрии и эксцесса по всем шкалам показали близость к нормальному распределению.

Полученные результаты были соотнесены с результатами, полученными нами ранее при изучении психологических характеристик готовности к деятельности студентов. Мы соотнесли изучаемые показатели студентов до пандемии и во время пандемии, а также аналогичные характеристики студентов творческих специальностей и студентов обычных специальностей во время пандемии (Богомаз 2020; Атаманова и др. 2021; Федина, Богомаз, 2021; Филенко, 2022; Филенко, Богомаз, 2022; Буравлева, Атаманова, 2022; Буравлева и др. 2022).

Сравнительный анализ результатов исследований, проведенных в разное время: до пандемии и во время пандемии, а также у студентов творческих специальностей и студентов, обучающихся по обычным специальностям, показал, что значения показателей в условиях пандемии практически не отличаются, кроме одного: у студентов, обучающихся по творческим специальностям, несколько ниже показатель «Открытость зна-

¹Богомаз С.А. Ценностные ориентации и психологическая система деятельности молодежи в меняющемся мире: Кросс-культурный анализ: отчет о НИР (заключительный).

Национальный исследовательский Томский государственный университет; рук. С. А. Богомаз. Томск, 2020. 51 с. Рег. № 221072300011-9. № гранта 18-013-00781.

ниям». Мы объясняем этот факт тем, что изоляция, изменившиеся условия обучения, в том числе переключение студентов на дистанционные формы в режиме онлайн, вли-

яют на психологические характеристики студентов творческих специальностей в большей степени. Они более чувствительны к изоляции.

Таблица 1

Описательная статистика исследуемых показателей в баллах (N = 106)

Table 1

Descriptive statistics of the studied indicators in points (N = 106)

Показатели и индексы	Среднее значение	Стандартное отклонение	Асимметрия	Эксцесс
Креативность	4,00	0,65	-0,69	0,07
Риск ради успеха	3,11	0,68	-0,09	-0,81
Ориентация на будущее	3,58	0,60	-0,40	-0,10
Индекс инновативности	3,56	0,47	-0,35	-0,38
Открытость опыту	3,90	0,67	-0,28	-0,43
Открытость знаниям	2,81	0,48	0,05	0,10
Метаценность открытость изменениям	4,05	0,52	-0,35	0,12
Метаценность сохранение	3,65	0,49	0,18	-0,46
Целеполагание	4,07	0,71	-0,63	-0,43
Планирование	3,19	1,12	-0,13	-0,94
Рефлексия	4,08	0,63	-0,67	-0,27
Удовлетворенность жизнью	3,26	0,87	-0,34	0,05
Индекс ЛГД	3,65	0,59	-0,33	-0,58

При анализе результатов исследования обращает на себя внимание тот факт, что при достаточно высоком показателе «Целеполагание» у обучающихся низкий показатель «Планирование», то есть молодым людям не просто организовывать свою деятельность. Они испытывают трудности при создании плана действий, прогнозировании последствий выбора, оптимального распределения ресурсов для достижения поставленной цели. Необходимо отметить также, что студентам довольно сложно предпринимать рискованные шаги, хотя социальная ситуация, связанная с пандемией, зачастую ставит человека перед выбором, который неизбежно включает умение планировать будущее, проектировать себя в нем.

Среди психологических характеристик студентов выделяются такие как «Рефлексия», «Открытость изменениям», ко-

торые помогают человеку в самоорганизации, самоанализе, показывают потребность личности в разнообразии и глубоких переживаниях для поддержания оптимального уровня творческой и исследовательской активности, независимости мышления и выбора способов действия. Студенты, принимавшие участие в исследовании, отличаются креативностью, чувствительностью к проблемам, способностью порождать оригинальные, нестандартные идеи. Показатель «Креативность» респондентов, участвовавших в исследовании, оценивается в пределах «Немного выше нормы».

Исходя из результатов диагностики, открытость опыту для молодых людей более значима, чем открытость знаниям. Именно личный опыт является для студентов источником пропущенных через себя знаний об окружающей действительности, руководством к действиям. Он служит своего рода

динамической информационной системой, наполненной личностным смыслом, хранящей опыт переживаний, непосредственного участия в различных событиях. Опыт учит ставить комплексные и инвариантные задачи, помогает определять стратегию, успешность деятельности, расширяет способность адекватно принимать принципиально новые, необычные идеи и ситуации.

При рассмотрении метаценностей «Открытость изменениям» и «Сохранение» мы видим, что у молодых людей преобладает открытость изменениям, стремление к приобретению нового опыта, свободе действий и принятию решений, а не ценность сохранения, основу которой определяют конформность, безопасность за счет добровольного самоограничения и подчинения (Карандашев, 2004; Schwartz, 2012; Schwartz et al., 2017).

Анализируя особенности психологической готовности к деятельности студентов, мы провели регрессионный анализ, который позволил определить зависимость среднего

значения величин от вариаций других величин и определить вклад каждой независимой переменной в вариацию зависимой (стандартно мы использовали прямую пошаговую регрессию с включением). При этом были выделены две наиболее значимые регрессионные модели. Одна из них основывалась на зависимой переменной «Креативность», а другая – на зависимой переменной «Открытость опыту».

Первая регрессионная модель «Креативность» оказалась значимой с $F(4, 101) = 17,6$; $p < 0,00001$, объясняя 38,7% скорректированной R^2 дисперсии. Независимыми переменными были «Открытость опыту», «Открытость знаниям», «Целеполагание», «Планирование», «Рефлексия» и «Удовлетворенность жизнью». Как следует из табл. 2, переменная «Креативность» зависит, прежде всего, от показателей «Открытость опыту» ($\beta = 0,517$) и «Рефлексия» ($\beta = 0,325$). Независимые переменные «Удовлетворенность жизнью» и «Открытость знаниям» не были статистически значимыми, но они вошли в регрессионную модель.

Таблица 2

Результаты регрессионного анализа с зависимой переменной «Креативность» (N = 106)

Table 2

Results of regression analysis with the dependent variable "Creativity" (N = 106)

Предиктор	БЕТА	Ст.Ош.	B	Ст.Ош.	t (101)	p значимость
Свободный член			1,410	0,444	3,179	0,002
Открытость опыту	0,517	0,082	0,503	0,080	6,282	0,000
Рефлексия	0,325	0,085	0,338	0,089	3,817	0,000
Удовлетворенность жизнью	-0,138	0,081	-0,104	0,061	-1,714	0,090
Открытость знаниям	-0,108	0,081	-0,149	0,112	-1,330	0,186

Вторая регрессионная модель, где зависимой переменной нами рассматривался параметр «Открытость опыту», также оказалась значимой с $F(4, 101) = 20,7$, $p < 0,00001$, объясняя 42,9% скорректированной R^2 дисперсии.

Независимыми переменными были «Креативность», «Риск ради успеха», «Ориентация на будущее», «Целеполагание», «Планирование», «Рефлексия» и «Удовлетворенность жизнью». Анализ этой модели (таблица 3)

указывает, что «Открытость опыту» у респондентов связана с такими показателями, как «Креативность» ($\beta = 0,394$), «Риск ради успеха» ($\beta = 0,287$) и «Удовлетворенность

жизнью» ($\beta = 0,161$). В модели незначимым показателем оказалось «Целеполагание» ($\beta = 0,144$).

Таблица 3

Результаты регрессионного анализа с зависимой переменной «Открытость опыту» (N = 106)

Table 3

Results of regression analysis with the dependent variable «Openness to experience» (N = 106)

Предиктор	БЕТА	Ст.Ош.	B	Ст.Ош.	t(101)	p значимость
Свободный член			0,432	0,400	1,080	0,283
Креативность	0,394	0,084	0,405	0,087	4,675	0,000
Риск ради успеха	0,287	0,081	0,285	0,080	3,557	0,001
Удовлетворенность жизнью	0,161	0,077	0,125	0,060	2,085	0,040
Целеполагание	0,144	0,081	0,137	0,077	1,776	0,079

При сопоставлении результатов регрессионного анализа, отраженных в табл. 2 и 3, необходимо отметить, что в большей степени влияние на зависимые переменные «Креативность», «Открытость опыту» оказывают «Рефлексия», «Риск ради успеха», «Удовлетворенность жизнью».

Регрессионный анализ показал, что значимым предиктором «Креативности» является «Открытость опыту», то есть, прежде всего, для развития такого значимого критерия, как креативность, для студентов творческих специальностей имеет опыт созидательной творческой деятельности будущего специалиста, опыт действовать нестандартно, вне шаблонов. При этом именно открытость опыту показывает, что человек способен адекватно воспринимать идеи, ситуации и людей, предпочитать разнообразие. Открытость опыту предполагает постоянное становление, в том числе открытость развитию, стремление к совершенствованию, мобильное реагирование на происходящие изменения. Молодой человек, открытый опыту, готов учиться, открывать новое для себя, ценит опыт преодоления различных преград.

Согласно регрессионному анализу, значимым предиктором «Креативности» является рефлексия, благодаря которой субъект

приобретает способность к самоорганизации, саморазвитию, к профессиональному самосовершенствованию. Она является необходимой составляющей компетенций выпускника высшей школы, помогает осмысливать результаты своей деятельности, определять цели работы, анализировать продукты собственной активности. В ситуации средовых изменений, каковой явилась вынужденная изоляция, рефлексия играет немаловажную роль, с точки зрения адаптационных процессов в установлении динамического равновесия в системе «личность-среда». Рефлексия помогает обучающимся осуществлять преднамеренные действия и самоконтроль над протеканием разнообразных действий, в осознании себя в отношениях с миром.

Вторая регрессионная модель показала, что значимыми предикторами «Открытости опыту» для студентов творческих специальностей являются такие психологические характеристики как «Креативность», «Риск ради успеха», «Удовлетворенность жизнью». Они говорят о том, что для открытости опыту необходима внутренняя готовность студентов к восприятию нового, ориентированность на принятие и создание идей, отклоняющихся от традиционных схем мышления, намерение вкладывать свои ресурсы в

создание креативного продукта. «Риск ради успеха» включает в себя убежденность в том, что все происходящее способствует развитию человека за счет знаний, извлекаемых из опыта, – неважно, позитивного или негативного, и последующее их использование. В основе способности рисковать в различных ситуациях лежит умение действовать в ситуации неопределенности, противостоять неизвестному, выходить из зоны комфорта, готовность действовать в отсутствие надежных гарантий успеха на свой страх и риск (Лебедева, Татарко, 2009).

Кроме этого «Открытость опыту» определяется такой характеристикой как «Удовлетворенность жизнью», оценивающей соответствие жизненных обстоятельств ожиданиям молодых людей и отражающей общую меру внутренней гармонии и психологической удовлетворенности (Осин, Леонтьев, 2020).

Далее нами был проведен кластерный анализ. Предварительно нами была проведена иерархическая кластеризация с показателями 2 кластеров (дендрограмма для 106 респондентов, метод Варда, 1-г Пирсон), а после окончательного анализа мы использовали кластеризацию методом К-средних с используемыми показателями («Креативность», «Риск ради успеха», «Ориентация на будущее», «Открытость опыту», «Открытость знаниям», «Целеполагание», «Планирование», «Рефлексия» и «Удовлетворенность жизнью»). В результате были выявлены 2 кластера с численностью: С-1 кластер – 65 респондентов (61,3 %), С-2 кластер – 41 респондента (38,7 %). Средние значения и стандартные отклонения показателей, а также значимость различий представлены в табл. 4.

Таблица 4

Средние значения и стандартное отклонение ($M \pm \delta$) показателей выделенных кластеров (С) в баллах (N = 106)

Table 4

The average values and standard deviation ($M \pm \delta$) of the indicators of the selected clusters (C) in points (N = 106)

Показатели	Кластер С-1		Кластер С-2		Значимость различий, р
	М	δ	М	δ	
Креативность	4,15	0,54	3,75	0,74	0,002
Риск ради успеха	3,20	0,60	2,97	0,78	0,054
Ориентация на будущее	3,70	0,58	3,39	0,58	0,009
Открытость опыту	4,09	0,61	3,60	0,67	0,000
Открытость знаниям	2,89	0,45	2,67	0,49	0,017
Рефлексия	4,32	0,46	3,70	0,68	0,000
Удовлетворенность жизнью	3,54	0,74	2,82	0,88	0,000
Планирование	3,86	0,78	2,13	0,68	0,000
Целеполагание	4,42	0,49	3,52	0,64	0,000

Из рисунка следует, что выделенные два кластера отчетливо различаются по величине показателей: кластер С-1 – с более высоким уровнем, чем значения показателей

кластера С-2. Сопоставляя результаты диагностики студентов творческих специальностей, мы видим, что психологические характеристики респондентов из кластера С-1 близки к значениям верхней границы нормы,

а респондентов из кластера С-2 – к значениям нижней границы нормы. При этом обращает на себя внимание тот факт, что у студентов, относящихся к кластеру С-2 (с более низкими характеристиками готовности к деятельности), в ситуации вынужденной изоляции некоторые параметры становятся меньше нижней границы нормы. То есть ситуация резких изменений усугубляет, делает еще в большей степени «критичными» показатели готовности к деятельности студентов, не отличающихся высокими показателями психологических характеристик готовности к деятельности. Так, например, «Открытость знаниям»: среднее значение – 2,81, а у студентов группы С-2 – 2,67; «Планирование» среднее значение – 3,19, а у студентов группы С-2 – 2,13; «Креативность» среднее значение – 4,00, у студентов группы С-2 – 3,75 и т.д.

У студентов кластера С-1 (с высокими характеристиками психологической готовности к деятельности) мы наблюдаем противоположную картину. Так, например, у показателя «Креативность» среднее значение – 4,00, а у студентов этой группы – 4,15; «Планирование» среднее значение – 3,19, а у студентов этой группы – 3,86; «Целеполагание» среднее значение – 4,07, а у студентов этой группы – 4,42 и т.д.

Наиболее сильно кластеры различаются по показателям «Планирование» (разница 1,73 балла), «Целеполагание» (разница 0,9 б.), «Удовлетворенность жизнью» (разница 0,72 б.), «Рефлексия» (разница 0,62 б.), «Открытость опыту» (разница 0,49 б.), «Креативность» (разница 0,4 б.).

Результаты кластерного анализа свидетельствуют о том, что по ряду психологических особенностей наблюдается четкое разделение студентов на группы, отличающиеся планированием, целеполаганием, удовлетворенностью жизнью, рефлексией, открытостью опыту, креативностью. Студенты, относящиеся к кластерам С-1 и С-2, разнятся параметрами, которые во многом говорят о такой характеристике, как субъектность, то есть умение управлять своей активностью, стремление к самодетерминации, самораз-

витию, самореализации. Кроме этого, молодые люди отличаются креативностью, которая в ситуации неопределенности, изменившихся средовых условиях помогает им в деятельности, стратегиях поведения. График, построенный по данным табл. 4, показан на рисунке.

Следует отметить, что психологическая готовность к деятельности молодых людей в значительной степени зависит от уровня развития личности, ее зрелости, способности к самостоятельному жизнетворчеству, самодвижению и саморазвитию. Полученные результаты перекликаются с мыслью В.П. Зинченко о том, что «неопределенности должны противостоять избыточность и динамика механизмов и способов активности живого существа, ... сверхсложность его внутреннего мира» (Зинченко, 2007: 17).

Наиболее вероятно, что студентам с психологическими характеристиками кластера С-2 сложнее ориентироваться в новых или неопределенных ситуациях, они в большей степени будут стремиться избегать напряжение и конфликт, использовать стереотипные стратегии поведения. У них в ситуации существенных изменений будут, скорее всего, преобладать адаптивные стратегии поведения, ориентированные на выживание для нормального функционирования, избегание неопределенности, стремление жить в более простом, предсказуемом мире (Сидячева, Зотова, 2020).

В отличие от них, респонденты, относящиеся к кластеру С-1, наделены большей активностью, осознанной саморегуляцией и самостоятельностью при решении возникающих задач. Для них изменившаяся ситуация, связанная с вынужденной изоляцией, является источником получения нового опыта, возможности выбора, конструирования альтернатив. Они, скорее всего, будут воспринимать сложившуюся ситуацию как очередной вызов для процесса саморазвития.

Рассмотренные нами психологические характеристики существенно влияют на деятельность молодых людей. Их можно трактовать, как ресурсы, которые в ситуации

кардинальных изменений помогают человеку быть эффективным, выстраивать стра-

тегии деятельности в сложных и неопределенных обстоятельствах.

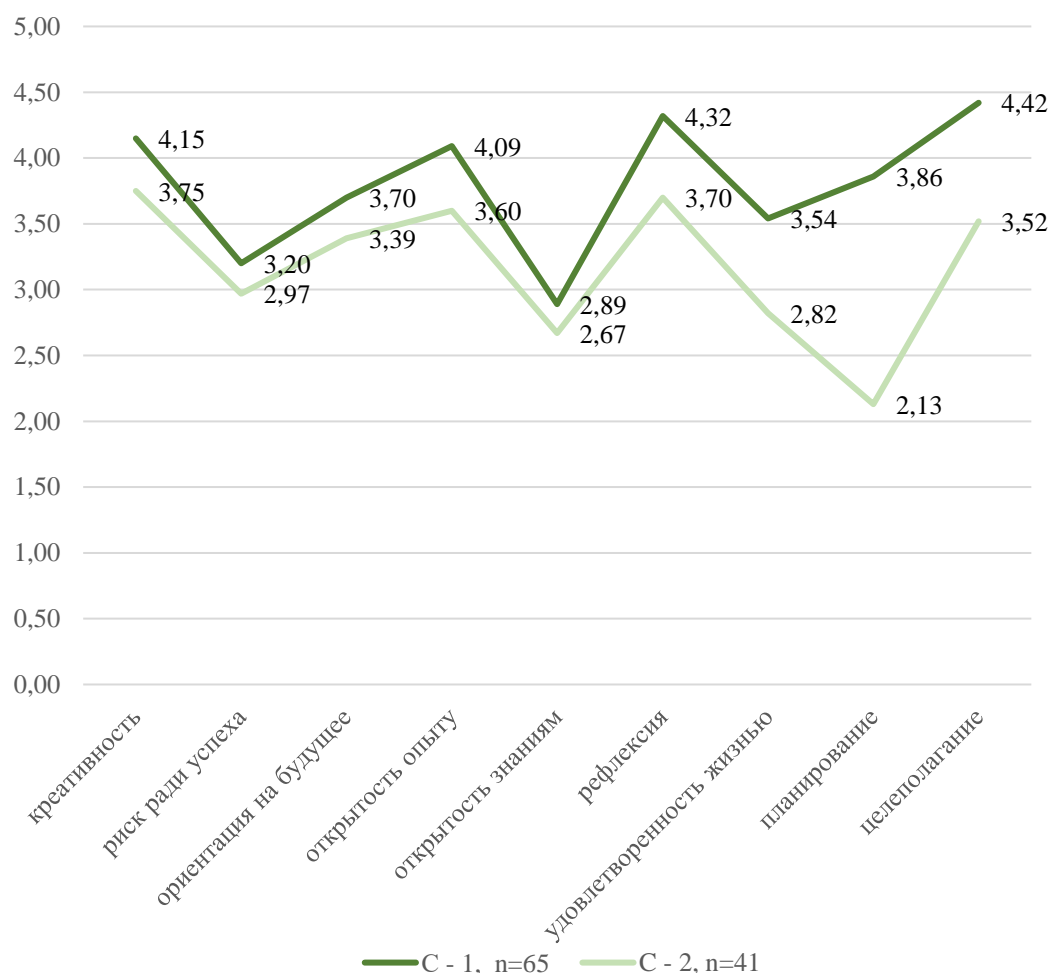


Рис. Профили двух кластеров (средние значения показателей в баллах)
 Fig. Profiles of two clusters (average values of indicators in points)

Полученные нами результаты согласуются с результатами исследовательского проекта “COVID-19 and subjective well-being: perceived impact, positive psychological resources and protective behavior” (Bokhan T.G. et al., 2021), где продемонстрировано, что психологические ресурсы играют своего рода буферную роль в отношении уязвимости человека перед лицом необычной, но разделяемой всеми угрозы и помогают находить позитивные возможности в сложных ситуациях.

Это позволяет нам сделать вывод о том, что эффективность и психологическая готовность к деятельности человека в ситуации изменений во многом определяются ресурсами

личности. У одних людей высокий ресурс позволяет справиться с проблемами в условиях пандемии, а у других людей – низкий ресурс, и у них в условиях пандемии могут возникнуть трудности.

Заключение (Conclusions). Изучив научную литературу, которая затрагивает тему данного исследования, можно сделать вывод о том, что психологическая готовность к деятельности в условиях вынужденной изоляции является актуальной как с научной точки зрения, так и с практической. Основные выводы, которые можно сделать по результатам исследования, заключаются в следующем.

1. Сопоставление результатов исследований, проведенных в разное время: до пандемии и во время пандемии, а также среди студентов творческих специальностей и студентов, обучающихся по обычным специальностям, показало, что психологические характеристики готовности к деятельности студентов творческих специальностей в условиях пандемии практически не изменились, кроме одного: открытости знаниям. Мы считаем, что условия изоляции влияют на такую психологическую характеристику студентов творческих специальностей, как открытость знаниям в большей степени. Они обладают большей чувствительностью к изоляции.

2. Гипотеза исследования о том, что психологическая готовность к деятельности студентов творческих специальностей в ситуации вынужденной изоляции обусловлена, прежде всего, креативностью и открытостью опыту, подтверждена.

3. При выборе ценностей студенты предпочитают «Открытость изменениям», а не «Сохранение».

4. Кластерный анализ установил, что студенты отличаются друг от друга по таким характеристикам как «Планирование», «Целеполагание», «Удовлетворенность жизнью», «Рефлексия», «Открытость опыту», «Креативность», которые дифференцируют обучающихся на категории с разной степенью психологической готовности к деятельности: готовых воспринимать изменения, быть эффективными в ситуации кардинальных трансформаций и категорию студентов, склонных к упрощению реальности и адаптивным стратегиям поведения.

5. Психологические характеристики готовности к деятельности студентов творческих специальностей можно рассматривать в качестве ресурсов, помогающих молодым людям находить позитивные возможности в сложных ситуациях, выстраивать стратегии деятельности в неопределенных обстоятельствах.

6. Анализ результатов исследования свидетельствует о том, что психологическая

готовность к деятельности студентов творческих специальностей в условиях вынужденной изоляции определяется уровнем развития их личности, умением управлять собой, своей деятельностью.

7. Результаты исследования имеют теоретическую и практическую значимость, так как показывают важные психологические характеристики готовности молодых людей к деятельности в ситуации существенных изменений. Полученные результаты могут быть использованы при рассмотрении моделей подготовки специалистов, соответствующих требованиям времени, а также демонстрируют, что существенное внимание в образовательном процессе вуза должно быть уделено личностному развитию обучающихся.

Ограничения проведенного исследования связаны с набором психологических характеристик, которые были включены в рассмотрение, а также с относительно небольшим объемом изучаемой выборки. Однако, по мнению авторов, это не отразилось на статистической значимости и репрезентативности полученных результатов, а также на представленных выше закономерностях, позволяющих лучше понять причины наблюдаемых явлений.

Список литературы

- Анохин П.К. Очерки по физиологии функциональных систем. М.: Медицина, 1975. 448 с.
- Буравлева Н.А., Атаманова И.В. Психологические характеристики деятельности, традиционные ценности и ценности безопасности вузовской молодежи в контексте инновативности // Сибирский психологический журнал. 2022. № 83. С. 48-69.
- Воронкова Я.Ю., Радюк О.М., Басинская И.В. «Большая пятерка», или пятифакторная модель личности // Смысл, функции и значение разных отраслей практической психологии в современном обществе: сборник научных трудов / под ред. Е. Н. Ткач. Хабаровск: Изд-во Тихоокеан. гос. ун-та. 2017. С. 39-45.
- Деркач А.А. Акмеологические основы развития профессионала. М.: Изд-во Моск. психол.-соц.ин-та; Воронеж: НПО «МОДЕК». 2004. 752 с.
- Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А. Психоло-

логические проблемы готовности к деятельности. Минск: БГУ. 1978. 182 с.

Зинченко В.П. Толерантность к неопределенности: новость или психологическая традиция // Вопросы психологии. 2007. №6. С. 3-20.

Карандашев В.Н. Методика Шварца для изучения ценностей личности: концепция и методическое руководство. СПб.: Речь, 2004. 70 с.

Лебедева Н.М., Татарко А.Н. Методика исследования отношения личности к инновациям // Альманах современной науки и образования. Тамбов: Грамота. 2009. № 4 (23). С. 89-96.

Лебедева Н.М. Ценности культуры и имплицитные теории инновативности // Общественные науки и современность. 2012. №5. С. 25-40.

Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Смысл, 2005. 352 с.

Леонтьев Д.А., Осин Е.Н. Рефлексия «хорошая» и «дурная»: от объяснительной модели к дифференциальной диагностике // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2014. Т. 11. № 4. С. 110-135.

Личностно-средовое взаимодействие: исследование ценностных ориентаций и психологической системы деятельности российской молодежи / Атаманова И.В., Перикова Е.И., Щекотуров А.В., Богомаз С.А. // Российский психологический журнал. 2021. Т. 18. № 3. 32-53.

Мазилов В.А., Слепко Ю. Н. Психология деятельности человека: новая трактовка // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социоконетика. 2016. № 4. С.47-53.

Мандрикова Е.Ю. Разработка Опросника самоорганизации деятельности (ОСД) // Психологическая диагностика. 2010. №2. С. 59-83.

Нестик Т.А. Влияние пандемии COVID-19 на общество: социально-психологический анализ // Институт психологии Российской академии наук. Социальная и экономическая психология. 2020. Том 5. № 2(18). С. 47-82.

Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. 2020. №1 (155). С. 117-142.

Психологические ресурсы личностной готовности к деятельности студентов в ситуации изменений / Буравлева Н.А., Каракулова О.В., Атаманова И.В., Богомаз С.А. // Научно-педагогическое обозрение (Pedagogical Review). 2022.

Вып. 2 (62). С. 146-155.

Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. М.: АСТ, 2021. 960 с.

Санжаева Р.Д. Готовность и ее психологические механизмы // Вестник Бурятского государственного университета. Образование. Личность. Общество. Вып. 2. 2016. С. 6-16.

Сидячева Н.В., Зотова Л.Э. Ситуация вынужденной самоизоляции в период пандемии: психологический и академический аспекты // Современные наукоемкие технологии. 2020. № 5. С. 218-225.

Страх перед коронавирусом заболеванием (COVID-19) и базисные убеждения личности / Гриценко В.В., Резник А.Д., Константинов В.В., Маринова Т.Ю., Хоменко Н.В., Израйлович Р. // Клиническая и специальная психология. 2020. Том 9. № 2. С. 99-118.

Сугоняев К.В. Исследование психометрических характеристик «Опросника ценностных портретов» Ш. Шварца в адаптации В. Карандашева и его доработка // Актуальные проблемы эргономики, обитаемости и психологического сопровождения персонала объектов специального назначения: Мат. II межотрасл. науч.-практ. конф., 8 декабря 2016 года, гор. Одинцово Московской области / под ред. С.Е. Таразевича. Королев: ПСТМ, 2018. С. 186-198.

Федина Е.Е., Богомаз С.А. Оценка креативного состояния молодежи Томска в условиях пандемии // Психология психических состояний: сборник материалов XV Международной научно-практической конференции для студентов, магистрантов, аспирантов, молодых ученых и преподавателей вузов (Казань, 25-26 февраля 2021 г.) / сост. А.В. Климанова; под общ. ред. Б.С. Алишева, А.О. Прохорова. Казань: Издательство Казанского университета, 2021. Вып. 15. С. 529-532.

Филенко И.А., Атаманова И.В., Богомаз С.А. Инновативность, регуляция жизнедеятельности и ценностные ориентации молодых мужчин и женщин: эффект пандемии COVID-19 // Российский психологический журнал. 2022. Т. 19. № 3. С. 178-201.

Филенко И.А., Богомаз С.А. Изменение характеристик регуляторных процессов и ценностных ориентаций студенческой молодежи в условиях пандемии // Сибирский психологический журнал. 2022. №83. С. 46-66.

Шадриков В.Д. Психология деятельности человека. М.: Изд-во «Институт психологии РАН». 2013. 464 с.

Brooks S.K., Webster R.K., Smith, L.E., et al. The Psychological Impact of Quarantine and How to Reduce It: Rapid Review of the Evidence // *The Lancet*. 2020. Mar 14; 395(10227). P. 912-920.

Büssing A., Recchia D. R., Hein R., Dienberg T. Perceived changes of specific attitudes, perceptions and behaviors during the Corona pandemic and their relation to wellbeing. Health and Quality of Life Outcomes. 2020. V. 18(1): 374. P.1-17.

COVID-19 and subjective well-being: perceived impact, positive psychological resources and protective behaviour / Bokhan T.G., Galazhinsky E.V., Leontiev D.A., Rasskazova E.I. et al. // *Psychology. Journal of Higher School of Economics*. 2021. Vol. 18 (2). P. 259-275.

Deci E.L., Ryan R.M. The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and Self-Determination of Behavior // *Psychological Inquiry*. 2000. V. 4. P. 227-268.

Emotional, Behavioral, and Psychological Impact of the COVID-19 Pandemic / Pedrosa A.L., Bitencourt L., Fróes A.C.F., Cazumbá M.L.B., Campos R.G.B., de Brito S.B.C.S., Simxes e Silva A.C. // *Frontiers in Psychology*. 2020. V.10. P.1-18.

Lopez-Núñez M.I., Diaz-Morales J.F., Aparicio-García M.E. Individual differences, personality, social, family and work variables on mental health during COVID-19 outbreak in Spain // *Personality and Individual Differences*. 2021. 172(6):110562. P.1-6.

Montemurro N. The emotional impact of COVID-19: from medical staff to common people // *Brain, behavior, and immunity*. 2020. V. 87. P. 23-24.

Pakpour A.H., Griffiths M.D. The fear of COVID-19 and its role in preventive behaviors // *Journal of Concurrent Disorders*. 2020. Available at:<https://www.researchgate.net/publication/340789243>.

Ryan R.M., E.L. Deci Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development and Well-being // *American Psychologist*. 2000. V. 55. № 1. P. 68-78.

Schwartz S.H. An overview of the Schwartz theory of basic values // *Online Readings in Psychology and Culture*. 2012. V.2 (1). P. 1-20.

Somatic burden in Russia during the COVID-19 pandemic / Zolotareva A, Khegay A, Voevodina E, Kritsky I, Ibragimov R, Nizovskih N, et al. // *PLoS ONE* 2023. 18(3): e0282345.

The “Big Five questionnaire”: a new questionnaire to assess the five factor model / Caprara G.V.,

Barbaranelli C., Borgogni L., Perugini M. // *Personality and Individual Differences*. 1993. № 15 (3). P. 281-288.

Value tradeoffs propel and inhibit behavior: Validating the 19 refined values in four countries / Schwartz S. H., Cieciuch J., Vecchione M., Torres C., Dirilen-Gumus O., Butenko T. // *European Journal of Social Psychology*. 2017. V.47 (3). P.241-258.

References

Anokhin, P.K. (1975), *Ocherki po fiziologii funktsional'nyh sistem* [Essays on the physiology of functional systems], Medicine, Moscow, Russia.

Atamanova, I.V., Perikova, E.I., Shchekoturov, A.V. and Bogomaz, S.A. (2021) “Personal-environmental interaction: research of value orientations and psychological system of activity of Russian youth”, *Russian Psychological Journal*, 18 (3), 32-53. (In Russian).

Buravleva, N.A. and Atamanova, I.V. (2022) “Psychological Characteristics of Activity, Traditional Values and Safety Values of University Youth in the Context of Innovativeness”, *Siberian journal of psychology*, 84, 48-69. (In Russian).

Buravleva, N.A., Karakulova, O.V., Atamanova, I.V. and Bogomaz S.A. (2022) “Psychological resources of personal readiness for students' activities in a situation of change”, *Scientific and pedagogical review (Pedagogical Review)*, 2 (62), 146-155. (In Russian).

Voronkova, Ya.Yu., Radyuk, O.M. and Bainskaya, I.V. (2017), “The “Big Five”, or the five-factor personality model”, *The meaning, functions and significance of various branches of practical psychology in modern society: a collection of scientific papers*, Khabarovsk: Publishing House of the Pacific State University, 39-45. (In Russian).

Derkach, A.A. (2004) *Akmeologicheskie osnovy razvitiya professionala* [Acmeological foundations of professional development], “MODEK”, Moscow, Voronezh, Russia.

D'yachenko, M.I. and Kandybovich, L.A. (1978), *Psikhologicheskie problemy gotovnosti k deyatel'nosti* [Psychological problems of readiness for activity], BSU, Minsk, Belarus'.

Zinchenko, V.P. (2007), “Tolerance to uncertainty: news or psychological tradition”, *Questions of psychology*, 6, 3-20. (In Russian).

Zolotareva, A, Khegay, A, Voevodina, E, Kritsky, I, Ibragimov, R, Nizovskih, N, et al. (2023) “Somatic burden in Russia during the COVID-19 pandemic”, *PLoS ONE*. 18(3): e0282345. (In Russian).

Caprara, G.V., Barbaranelli, C., Borgogni, L., Perugini, M. (1993) "The "Big Five questionnaire": a new questionnaire to assess the five factor model" *Personality and Individual Differences*, 15 (3), 281-288. (In USA).

Karandashev, V.N. (2004), *Metodika Shvartsa dlya izucheniya tsennostej lichnosti: konceptsiya i metodicheskoe rukovodstvo* [Schwartz methodology for the study of personality values: concept and methodological guidance]. Rech' Publ., St. Petersburg, Russia.

Lebedeva, N.M. and Tatarko, A.N. (2009), "Methods of researching the individual's attitude to innovation", *Almanac of Modern Science and Education*, 4-2 (23), 89-96. (In Russian).

Lebedeva, N.M. (2012), "Cultural values and implicit theories of innovativeness", *Social Sciences and modernity*, 5, 25-40. (In Russian).

Leont'ev, A.N. (2005), *Deyatel'nost'. Soznanie. Lichnost'* [Activity. Conscience. Personality], Meaning, Moscow, Russia.

Leont'ev, D.A. and Osin, E.N. (2014), "Reflection "good" and "bad": from an explanatory model to differential diagnosis", *Psychology, Journal of the Higher School of Economics*, 4 (11), 110-135 (in Russian).

Mazilov, V.A. and Slepko, YU.N. (2016), "Psychology of human activity: a new interpretation", *Bulletin of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics*, 4, 47-53. (In Russian).

Mandrikova, E.Yu. (2010), "Development of a Questionnaire for self-organization of activities (OSD)", *Psychological diagnostics*, 2, 87-111. (In Russian).

Nestik, T.A. (2020), "The impact of the COVID-19 pandemic on society: a socio-psychological analysis", *Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Social and economic psychology*, 2(18), 47-82. (In Russian).

Osin, E.N. and Leont'ev, D.A. (2020), "Brief Russian-language diagnostic scales of subjective well-being: psychometric characteristics and comparative analysis", *Monitoring of public opinion: Economic and social changes*, 1 (155), 117-142. (In Russian).

Rubinshteyn, S.L. (2021), *Osnovy obshchey psikhologii* [Fundamentals of general psychology], AST, Saint Petersburg, Russia.

Sanzhaeva R.D. (2016), "Readiness and its psychological mechanisms", *Bulletin of Buryat State University. Education. Personality. Society*, 2, 6-16. (In Russian).

Sidyacheva, N.V. and Zotova, L.E. (2020), "The situation of forced self-isolation during the pandemic: psychological and academic aspects", *Modern high-tech technologies*, 5, 218-225. (In Russian).

Gritsenko, V.V., Reznik, A.D., Konstantinov, V.V., Marinova, T.Yu., Khomenko, N.V. and Izrajlovits, R. (2020), "Fear of coronavirus disease (COVID-19) and basic beliefs of the individual", *Clinical and special psychology*, 9 (2), 99-118. (In Russian).

Sugonyayev, K.V. (2018), "The psychometric characteristics of S. Schwartz's "Questionnaire of Value Portraits" adapted by V. Karandashev and its revision", *Topical problems of ergonomics, habitability and psychological support of special purpose personnel: materials of the II interdisciplinary scientific and practical conference*, December 8, 2016, Odintsovo, Moscow region, Korolev, PSTM Publ., 186-198. (In Russian).

Fedina, E.E. and Bogomaz, S.A. (2021) "Assessment of the creative state of Tomsk youth in the conditions of a pandemic", *Psychology of mental states: a collection of materials of the XV International Scientific and Practical Conference for students, undergraduates, postgraduates, young scientists and university teachers*, Kazan: Kazan University Press, 15. 529-532. (In Russian).

Fileiko, I.A., Atamanova, I.V. and Bogomaz, S.A. (2022) "Innovativeness, regulation of vital activity and value orientations of young men and women: the effect of the COVID-19 pandemic", *Russian Psychological Journal*, 19 (3), 178-201. (In Russian).

Fileiko, I.A. and Bogomaz, S.A. "Changing the characteristics of regulatory processes and value orientations of students in a pandemic", *Siberian Psychological Journal*, 2022, 83, 46-66. (In Russian).

Shadrikov, V. D. (2013), *Psikhologiya deyatel'nosti cheloveka* [Psychology of human activity], Publishing House "Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences", Moscow, Russia.

Brooks, S.K., Webster, R.K., Smith, L.E., et al. (2020), "The Psychological Impact of Quarantine and How to Reduce It: Rapid Review of the Evidence", *The Lancet*, Mar 14; 395(10227), 912-920. (In UK).

Büssing, A., Recchia, D. R., Hein, R. and Dienberg, T. (2020), "Perceived changes of specific attitudes, perceptions and behaviors during the Corona pandemic and their relation to wellbeing",

Health and Quality of Life Outcomes, 18(1), 1-17. (In Germany).

Bokhan T.G., Galazhinsky E.V., Leontiev D.A., Rasskazova E.I. et al. (2021) "COVID-19 and subjective well-being: perceived impact, positive psychological resources and protective behaviour", *Psychology. Journal of Higher School of Economics*, 18 (2), 259-275. (In Russian).

Deci, E.L. and Ryan, R.M. (2020), "The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and Self-Determination of Behavior", *Psychological Inquiry*, 4, 227-268. (In USA).

Lopez-Núñez, M.I., Diaz-Morales, J.F. and Aparicio-Garcia, M.E. (2021), "Individual differences, personality, social, family and work variables on mental health during COVID-19 outbreak in Spain", *Personality and Individual Differences*, 172(6):110562, 1-6. (In USA).

Montemurro, N. (2020), "The emotional impact of COVID-19: from medical staff to common people", *Brain, behavior, and immunity*, 87, 23-24. (In USA).

Pakpour, A.H. and Griffiths, M.D. (2020), "The fear of COVID-19 and its role in preventive behaviors", *Journal of Concurrent Disorders*. Available at: <https://www.researchgate.net/publication/340789243>. (In Canada).

Pedrosa, A.L., Bitencourt, L., Fróes, A.C.F., Cazumbá, M.L.B., Campos, R.G.B., de Brito, S.B.C.S. and Simxes e Silva, A.C. (2020), "Emotional, Behavioral, and Psychological Impact of the COVID-19 Pandemic", *Frontiers in Psychology*, 10, 1-18. (In Switzerland).

Ryan, R.M. and Deci, E.L. (2000), "Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development and Well-being", *American Psychologist*, 55, (1), 68-78. (In USA).

Schwartz, S.H. (2012), "An overview of the Schwartz theory of basic values", *Online Readings in Psychology and Culture*, 2(1), 1-20. (In USA).

Schwartz, S. H., Cieciuch, J., Vecchione, M., Torres, C., Dirilen-Gumus, O. and Butenko, T. (2017), "Value tradeoffs propel and inhibit behavior: Validating the 19 refined values in four countries", *European Journal of Social Psychology*, 47(3), 241-258. (In Switzerland).

Информация о конфликте интересов: авторы не имеют конфликта интересов для декларации.
Conflicts of Interest: the authors have no conflict of interest to declare.

Данные авторов:

Буравлева Наталья Анатольевна, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психолого-педагогического образования, Томский государственный педагогический университет.

Богомаз Сергей Александрович, доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры организационной психологии, Национальный исследовательский Томский государственный университет.

Беляев Александр Алексеевич, психолог, Национальный исследовательский Томский государственный университет.

Галкин Дмитрий Владимирович, доктор философских наук, профессор, директор Института искусств и культуры, Национальный исследовательский Томский государственный университет.

Корнев Владимир Иннокентьевич, кандидат архитектуры, доцент, декан архитектурного факультета, Томский государственный архитектурно-строительный университет.

About the authors:

Natalia A. Buravleva, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Psychological and Pedagogical Education, Tomsk State Pedagogical University.

Sergei A. Bogomaz, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor of the Department of Organizational Psychology, National Research Tomsk State University.

Alexander A. Belyaev Psychologist, National Research Tomsk State University.

Dmitry V. Galkin, Doctor of Philosophy, Professor, Director of the Institute of Arts and Culture, National Research Tomsk State University.

Vladimir I. Korenev, Candidate of Architecture, Associate Professor, Dean of the Faculty of Architecture, Tomsk State University of Architecture and Civil Engineering.