

Авторська довідка

(кваліфікаційної роботи магістра)

Назва кваліфікаційної роботи магістра: **Особливості прокрастинації у представників різних професій**
*назви записувати нижнім регістром (як у реченні)*Назва (англ.): **Features of procrastination in representatives of various professions**
*переклад англійською*Освітній ступінь : **магістр**Шифр та назва спеціальності: **053 Психологія***напр.: 151 Автоматизація та комп'ютерно-інтегровані технології*Екзаменаційна комісія: **екзаменаційна комісія №***напр.: Екзаменаційна комісія №1*Установа захисту: **ТНТУ імені Івана Пулюя***напр.: Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя*Дата захисту: **27.12.2023** Місто: **Тернопіль****Сторінки:**Кількість сторінок роботи: **83**УДК: **159.9****Автор роботи**Прізвище, ім'я, по батькові (укр.): **Петренко Н.С***розкривати ініціали*Прізвище, ім'я (англ.): **Petrenko Nataliia***використовувати паспортну транслітерацію (КМУ 2010)*Місце навчання (установа, факультет, місто, країна): **ТНТУ імені Івана Пулюя, факультет економіки та менеджменту, Тернопіль, Україна****Керівник**Прізвище, ім'я, по батькові (укр.): **Чорна Ірина Михайлівна***повністю*Прізвище, ім'я (англ.): **Chorna Iryna***використовувати паспортну транслітерацію (КМУ 2010)*Місце праці (установа, підрозділ, місто, країна): **ТНТУ імені Івана Пулюя, факультет економіки та менеджменту, кафедра психології, Тернопіль, Україна**Вчене звання, науковий ступінь, посада: **доцент, канд. психол. наук, доцент кафедри психології****Рецензент**Прізвище, ім'я, по батькові (укр.): **Галушчак Ольга Ярополківна***повністю*Прізвище, ім'я (англ.): **Halushchak Olga***використовувати паспортну транслітерацію (КМУ 2010)*Місце праці (установа, підрозділ, місто, країна): **ТНТУ імені Івана Пулюя, факультет економіки та менеджменту, кафедра менеджменту та адміністрування, Тернопіль, Україна**Вчене звання, науковий ступінь, посада: **доцент, кандидат економічних наук, доцент кафедри менеджменту та адміністрування****Ключові слова**українською: **прокрастинація, мотивація, особистість, фобія, тривога, страх, управління***до 10 слів*..... **часом, фрустрація, когнітивні функції, невротизм**

англійською: procrastination, motivation, personality, phobia, anxiety, fear, time management,

до 10 слів

frustration, cognitive functions, neuroticism

Анотація

українською:

У кваліфікаційній роботі здійснено ґрунтовний теоретичний аналіз історії проблеми та сучасних наукових підходів до проблеми прокрастинації та його впливу на якість життя людини, представника визначеної професійної сфери. Представлено історію вивчення феномену прокрастинації у вітчизняній та зарубіжній та науковій літературі. Проаналізовано типові причини виникнення прокрастинації та її наслідки. Розкрито взаємозв'язок між прокрастинацією та самооцінкою, самодисципліною, мотивацією, професійним самовизначенням, особистісними рисами: імпульсивність, перфекціонізм, низька сумлінність і високий невротизм, тривожність особистості. Здійснено психологічну характеристику поняття прокрастинація у відповідності до різних наукових теорій. Розкрито такі аспекти прокрастинації, як когнітивна, емоційна сфера, вмотивованість, інше.

Проаналізовано ймовірні наслідки прокрастинації у представників різних професій. У короткостроковій перспективі прокрастинація може призвести до таких наслідків, як стрес, тривога, депресія та зниження продуктивності. У довгостроковій перспективі це явище може призвести до невдач в навчанні або роботі, погіршенні стосунків та зниженні самооцінки.

Здійснено емпіричне дослідження особливостей прокрастинації у представників різних професій. Обґрунтовано та охарактеризовано

методи дослідження впливу прокрастинації у представників різних професій. Представлено кількісний та якісний аналіз результатів дослідження прокрастинації у представників різних професій, зокрема: працівників сфери краси, сфери культури, медиків, юристів та працівників ІТ.

Розроблено методичні рекомендації для психокорекції прокрастинації.

Розкрито організаційно-методичні основи проведення тренінгу, спрямованого на психокорекцію прокрастинації у представників різних професій.

Розкрито основні аспекти охорони праці та безпеки в надзвичайних ситуаціях. Зокрема, психологічні аспекти підвищення рівня безпеки праці та особливості надання психологічної допомоги під час надзвичайних ситуацій.

англійською:

In the qualification work, was carried out a thorough theoretical analysis of the history of the problem and modern scientific approaches to the problem of procrastination and its impact on the quality of life of a person, a representative of a certain professional sphere. The history of studying the phenomenon of procrastination in domestic and foreign scientific literature is presented. Typical causes of procrastination and its consequences are analyzed. The relationship between procrastination and self-esteem, self-discipline, motivation, professional self-determination, personal traits: impulsiveness, perfectionism, low conscientiousness and high neuroticism, personality anxiety is revealed. A psychological characterization of the concept of procrastination was carried out in accordance with various scientific theories. Such aspects of procrastination as cognitive, emotional sphere, motivation, etc. are disclosed.

Probable consequences of procrastination in representatives of various professions were analyzed. In the short term, procrastination can lead to consequences such as stress, anxiety, depression and decreased productivity. In the long term, this phenomenon can lead to failures in studies or work, deterioration of relationships and lower self-esteem.

An empirical study of the peculiarities of procrastination in representatives of various professions was carried out. Reasoned and characterized methods of studying the influence of procrastination in representatives of various professions. Quantitative and qualitative analysis of the results of the research on procrastination among representatives of various professions is presented, in particular: workers in the field of beauty, the field of culture, doctors, lawyers, and IT workers.

Methodological recommendations for psychological correction of procrastination have been developed. The organizational and methodological foundations of the training aimed at psychocorrection of procrastination among representatives of various professions are disclosed.

The main aspects of labor protection and safety in emergency situations are disclosed. In particular, the psychological aspects of increasing the level of occupational safety and the specifics of providing psychological assistance during emergency situations.