

УДК 37.013.77:37.042

ПРОКРАСТИНАЦІЯ ЯК КОМПОНЕНТ ПОВЕДІНКИ ПРАЦІВНИКІВ ОВС ТА ЇЇ ПРОФІЛАКТИКА ПІД ЧАС ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ КУРСАНТІВ У ВНЗ МВС УКРАЇНИ

Вайда Тарас Степанович,
кандидат педагогічних наук, доцент,
начальник кафедри спеціальної фізичної та вогневої підготовки
(Херсонський факультет
Одеського державного університету внутрішніх справ,
м. Херсон, Україна)

В статті розглянуто проблему профілактики прокрастинації як негативного аспекту професійної поведінки працівників ОВС. Проаналізовано соціально-психологічну природу цього особистісного утворення, визначено чинники та умови, які впливають на його формування під час фахової підготовки курсантів у ВНЗ МВС України.

Надано методичні рекомендації керівникам курсантських підрозділів (кураторам навчальних груп) щодо правильного діагностування симптомів прокрастинації, запропоновано систему педагогічних прийомів для проведення індивідуальної виховної роботи з особами, які мають низьку успішність чи проявляють схильність до порушення правил поведінки або невиконання статутних вимог при несенні служби.

Ключові слова: професійна поведінка, працівники органів внутрішніх справ, курсанти, прокрастинація, діагностика, профілактика, виховання правоохоронців.

ПРОКРАСТИНАЦИЯ КАК КОМПОНЕНТ ПОВЕДЕНИЯ СОТРУДНИКОВ ОВД И ЕЁ ПРОФИЛАКТИКА ВО ВРЕМЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ В ВУЗ МВД УКРАИНЫ

Вайда Тарас Степанович,

кандидат педагогических наук, доцент,
начальник кафедры специальной физической и огневой подготовки
(Херсонский факультет Одесского государственного университета внутренних дел,
г. Херсон, Украина)

В статье рассмотрена проблема профилактики прокрастинации как негативного аспекта профессионального поведения работников ОВД. Проанализирована социально-психологическая природа этого личностного образования, определены факторы и условия, которые влияют на его формирование во время профессиональной подготовки курсантов в ВУЗ МВД Украины.

Представлены методические рекомендации руководителям курсантских подразделений (кураторам учебных групп) относительно правильного диагностирования симптомов прокрастинации, предложена система педагогических приемов для проведения индивидуальной воспитательной работы с лицами, которые имеют низкую успеваемость и проявляют предрасположенность к нарушениям правил поведения или невыполнения уставных требований при несении службы.

Ключевые слова: профессиональное поведение, работники органов внутренних дел, курсанты, прокрастинация, диагностика, профилактика, воспитание правоохранителей.

PROKRASTINATION AS A COMPONENT OF BEHAVIOUR OF WORKERS OF DEPARTMENTS OF INTERNAL AFFAIRS AND ITS PRECAUTIONS DURING PROFESSIONAL PREPARATION OF CADETS AT THE HIGHER INSTITUTES OF MINISTRY OF INTERNAL AFFAIRS OF UKRAINE

Vaida Taras Stepanovich,

candidate of pedagogical sciences, assistant professor,
head of department of the special physical and fire preparation,
(Kherson Faculty of Odessa State University of Internal Affairs, Kherson, Ukraine)

The problem of precautions of prokrastination as a negative aspect of professional behavior of workers of Department of Internal Affairs is considered in the article. Social-psychological nature of this personal formation is analysed, factors and terms which influence on its forming during professional preparation of students at the higher institutes of Ministry of Internal Affairs of Ukraine are defined.

The characteristic signs of prokrastination of a person – premeditated unwillingness to be engaged in important businesses, are exposed by the author; permanent suspending of implementation of work (putting it off to the future) and realization of pointlessness of it; sensation of the guilt.

The reasons of the chronic putting off of affairs by cadets-prokrastinators are defined: 1) laziness; 2) weakness of character; 3) insufficient preparation of workers of Department of Internal Affairs to fulfil certain work; 4) fear; 5) absence of gladness from work or when result

(estimation of work) implemented in time; 6) situational (sudden) overloading of militiaman by work; 7) tiredness (physical, mental, psychological or spiritual).

It is educed that the most widespread types of self-deceit, which cadets-prokrastinators come running to are: 1) presumptuous conviction in own possibilities which can be displayed at presence of additional external factors; 2) subjectively grounded implementation of work to more favourable terms; 3) searching of external «worthy» explanations of the failures (unsuccessfulness).

Criteria due to which cadets-prokrastinators actively search the matters-«distractors» – activity which would help them to crawl time and not to do necessary work are certain: a) possibility to go back constantly to an employed or difficult task; b) impossibility by the inactivity to injure or ruin the results of future labour.

The system of organizationally-pedagogical methods for overcoming prokrastination of the workers of Department of Internal Affairs is offered: 1) determination of personal priorities and specification of order of their realization – a) mobilization of efforts and material resources for operative implementation of social or individually important and urgent businesses; b) preparation to implementation (selection of material resources) or partial executing of separate actions in realisation of important but not urgent businesses; c) feasible prosecution (determination of potential forces, possibilities and necessary material facilities) on implementation of less important and deferred tasks (achievement of middle aims); d) perspective planning in realisation of unimportant and non-urgent businesses (achievement of remote aims); 2) dividing of large and difficult task into small operations; 3) tuning himself on work; 4) planning of own activity on a certain period; 5) organization of rest (leisure); 6) abstracting from the negative factors of stress; 7) training of will-power.

Methodical recommendations to the leaders of cadet subdivisions (to the counsels of educational groups) in correct diagnostics of symptoms of prokrastination are given in the article, the methods for improvement of individual educational work with persons who have low progress, have got disciplinary penalties for violation of rules or non-fulfilment of requirements to execution of service are offered.

Key words: professional behaviour, workers of organs of internal affairs, cadets, prokrastination, diagnostics, prophylaxis, professional education.

Постановка проблеми. Особливість правоохоронної діяльності працівників ОВС (органів внутрішніх справ – *уточнено нами*) полягає в тому, що на особистість міліціонера під час несення служби впливає значна кількість негативних факторів: виконання великого обсягу доручень та ненормований режим праці, відсутність належного контролю та своєчасності надання допомоги з боку керівництва підрозділу; недостатній рівень кваліфікації або невідповідність досвіду фахівця займаній посаді (специфіці роботи на новому місці); незадоволеність матеріальною винагородою за роботу і просуванням по службі; розчарованість результатами прийнятих рішень по юридичних справах у зв'язку з корумпованістю окремих чиновників (суддів); непоодинокі випадки низького рівня культури спілкування та моральної вихованості працівників у міліцейських колективах; послаблення в деяких підрозділах почуття ділового товариства, підміна колективізму «круговою порукою»; нездатність

жорстко протистояти негативному впливу з боку представників злочинного середовища, з яким вимушені процесуально спілкуватися правоохоронці під час досудового слідства (провадження юридичних справ) та ін. [1, с. 252]. Стійка протидія цим та іншим факторам вимагає від курсантів вже під час їх навчання у ВНЗ МВС України (вищих навчальних закладів Міністерства внутрішніх справ України – *уточнено нами*) постійної наполегливої роботи над формуванням зразкової особистості сучасного міліціонера – набуття належного рівня ґрунтовної фахової підготовки шляхом старанного освоєння освітньо-професійної програми, приділення достатньої уваги психологічному та фізичному самовдосконаленню, визначення як особистісного пріоритету формування високих морально-ділових якостей тощо.

Актуальність проблеми. Курсанту ВНЗ МВС України впродовж всього періоду підготовки у міліцейському виші доводиться доволі важко (з врахуванням особливостей становлення особистості в юнацькому віці) тривалий час підтримувати себе в необхідному тонусі (стані працездатності) і не відволікатися від належного навчання та несення служби другорядними побутовими чи особистісними справами. До того часу, поки цей стан (наприклад, ухилення від виконання доручених завдань, бажання займатися чим завгодно, тільки б не вчитися – мандрувати соціальними мережами Інтернету, читати різноманітні блоги, перевіряти електронну пошту, пити каву, слухати музику з мобільного телефону, грати у комп'ютерні ігри і т.д., хронічні відмовки типу «ще одну хвилину відпочину – і займусь справою») не стає звичкою, вказана поведінка правоохоронця вважається нормою. За нашими спостереженнями, такі прояви поведінки спостерігаються практично у всіх людей, в тому числі й серед працівників ОВС.

Разом з тим, умови навчання у міліцейському виші чітко регламентовані організацією навчального процесу (встановлено терміни складання модульного контролю, необхідність дотримання графіку захисту курсових робіт, обмежений період для складання (перескладання) сесії тощо). Курсант з вищезазначеною пасивною особистісною позицією часто виконує навчальні завдання не в повному обсязі або не встигає у визначений викладачем час виконати їх зовсім, деколи прагне в авральному режимі все зробити у рекордно стислі строки. Таке недобросовісне ставлення молоді до навчання закінчується отриманням незадовільних оцінок, часто якість виконаного індивідуального завдання є значно нижчою за встановлені у виші вимоги, внаслідок чого у працівника міліції запускається психологічний механізм формування стресового стану. Навколишнє соціальне оточення (товариші, науково-педагогічні працівники, керівники курсантських підрозділів, друзі, члени родини тощо) в більшості цих випадків бувають незадоволеними курсантом – прокрастинатором, його

самого починає гнітити почуття провини. На тлі цього відбувається поглиблення стресового стану правоохоронця, і як у замкнутому колі, наслідком є ще більша втрата у курсанта працездатності.

Для деяких особистостей такий стан стає серйозною проблемою, котра може вказувати на існуючі фізичні захворювання або психологічні відхилення: правоохоронець часто перебуває у стані депресії, є невпевненим у власних силах, в нього слабка чи відсутня взагалі професійна мотивація й чіткі життєві(фахові) пріоритети, працівник міліції будь-якими способами ухиляється як від важливих справ (обов'язків добре навчатися, добросовісно нести службу, виконувати доручений обсяг суспільної роботи у навчальному взводі), так і від окремих незначних громадських доручень.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано розв'язання даної проблеми і на які опирається автор. На різних етапах розбудови правоохоронної галузі відомі вчені (О.М. Бандурка, А.В. Василишин, В.С. Венедиктов, І.Д. Гладуш, С.М. Гусаров, П.І. Орлов, В.О. Тюріна, О.І. Федоренко, А.І. Черкашин, О.Н. Ярмиш та ін.), державні діячі, керівники практичних правоохоронних органів й підрозділів ОВС, провідні фахівці міліції приділяють достатню увагу значенню самовиховання у житті та професійній діяльності міліціонерів. Як зазначають вчені та спеціалісти – практики, виховна робота щодо становлення особистості працівника ОВС, в тому числі керівника органу чи підрозділу міліції, буде тим успішною і кориснішою для справи, якщо кожен правоохоронець дієво й наполегливо працюватиме над удосконаленням своїх морально-ділових якостей [2, с. 99–104]. Зокрема, педагогічну модель всебічного розвитку особистості курсантів як необхідну умову ефективного формування випускника ВНЗ МВС України розробляли Я.Г. Бондаренко та А.І. Черкашин [3, с. 98–101], в контексті якої вченими розглядаються наступні підходи до виховання майбутніх офіцерів міліції: 1) емпіричний; 2) культурологічний; 3) соціальний; 4) професіографічний; 5) конкретно-історичний; 6) прогностичний та 7) логічний. Можливі й інші точки зору щодо вирішення існуючих педагогічних проблем під час підготовки фахівців ОВС у ВНЗ МВС України, хоча завжди домінуючим був емпіричний підхід [4, с. 20–21]. На нашу думку, перспектива щодо формування та реалізації сучасної моделі особистісних якостей випускника ВНЗ МВС України – за комплексним та інтегрованим використанням фахівцями міліцейських вишів різноманітних аспектів вищезазначених підходів з врахуванням як актуальності соціального замовлення (реформування ОВС), такі можливості їх реалізації у конкретних курсантських колективах на основі сформованості особистості кожного з правоохоронців навчального підрозділу.

Разом з тим, багатьма вченими при розгляді та вирішенні існуючих проблем професійного виховання особового складу міліції недостатньо уваги приділяється психологічним аспектам розвитку та саморозвитку курсантів, які (психологічні фактори – *уточнено нами*) повинні складати основу механізмів педагогічного впливу на особистість працівника ОВС та сприятимуть підвищенню ефективності системи професійного виховання правоохоронців в цілому.

Мета статті (постановка завдань дослідження): 1) розкрити психолого-педагогічні механізми прокрастинації як негативного аспекту поведінки працівників ОВС (на прикладі курсантів ВНЗ МВС України); 2) розробити методичні рекомендації щодо профілактики цього особистісного утворення під час професійної підготовки правоохоронців у міліцейському виші.

Результати дослідження. При розкритті психологічної природи прокрастинації людини як соціального явища варто відзначити, що вона є не новою категорією для галузі педагогіки та психології. Термін «прокрастинація» був відомим та використовувався ще у Древньому Римі, який (термін – *уточнено нами*) утворився в результаті складання двох слів – прийменника *pro* («у напрямку, до, вперед») і основи *crastinus* («завтрашній»). Спочатку це поняття використовувалось виключно у позитивному значенні (згадки про нього зустрічаються у працях істориків) – як вміння людини не квапитися і не приймати поспішних рішень, а також ним характеризувався талант мудрих політиків та досвідчених військових начальників, котрі не приймають необґрунтованих рішень, не вступають поспіхом у конфлікт [5, с. 27].

Однак, з часом значення терміну «прокрастинація» змінилося на протилежне. В 1682 р. англієць Ентоні Уокер (священнослужитель) вжив його в одній із своїх проповідей, заявивши, що прокрастинація – це гріх. Згодом вказаний термін став зустрічатися на сторінках друкованих видань і вже у XVIII ст. активно використовувався у лозунгах представників промислової революції («заводи стоять, одні прокрастинатори навколо»). З того часу особистісна якість («саботаж») і скомпрометований латинський термін вже не розрізнялись, прокрастинація стала розглядатися як форма ліні людини [5, с. 27]. Наприклад, відомими прокрастинаторами були В. Набоков, А. Ейнштейн, У. Черчіль та ін.

У сучасних умовах проблему природи ліні людини розробляє професор Дж. Р. Феррарі, керівник групи дослідників прокрастинації із Університету Карлтона (Оттава), який провів значну кількість досліджень в галузі нейробіології, психології та статистики. Результати його наукової роботи дали змогу сформулювати сучасне визначення прокрастинації. Таким чином, враховуючи проведений ретроспективний аналіз походження цього терміну *під прокрастинацією розуміють*: 1) звичку людини нескінченно

відкладати справи, які особа усвідомлено розуміє як важливі; 2) форму ліні, яка набуває характеру справжнього невроту (поступово стає невротичним шаблоном поведінки, яка викликає у прокрастинатора стійкий розлад особистості або почуття провини).

Вчений стверджує, що прокрастинація – це не тільки відсутність бажання займатися чим-небудь: людина чітко *усвідомлює*, що вона є неправою при постійному відкладанні справ, від чого відчуває власну *провину* (усвідомленість – найбільш важлива ознака прокрастинації); мало порушити встановлені терміни і виконати роботу погано – це може зробити будь-яка особа, яка переоцінила свої сили або не розібралася у проблемі, – треба ще й до останнього моменту усвідомлювати, що навмисно займається нісенітницями, хоча й могла б попрацювати.

Дж. Р. Феррарі вияснив, що прокрастинаторами не народжуються, – все залежить від виховання людини. Найчастіше з такою проблемою зіштовхуються діти авторитарних батьків (в тому числі й з числа працівників правоохоронних органів), котрим у сім'ї не дозволяють нічого вирішувати самостійно. Жорсткий, замотивований на контролі батько підштовхує дитину до уникнення будь-якої самостійної діяльності та прийняття власних рішень, заважає їй слухатись своїх бажань. Дитина робить тільки те, що їй кажуть; погіршує цю ситуацію її підсвідома ненависть до заборон, котра заставляє пізніше вже дорослого прокрастинатора оточувати себе людьми, які прощають йому будь-які проступки. Це, зазвичай, тільки поглиблює пасивне ставлення до себе (відбувається поступове послаблення внутрішніх вимог чи інфальтивне ставлення до зовнішніх факторів, формується особистість зі слабкими волевими якостями тощо) [6].

За результатами наших педагогічних спостережень можна виділити декілька чітко виражених *причин* хронічного відкладання справ курсантами – прокрастинаторами:

1) *лінь*, яку породжує відсутність або недостатній рівень сформованості працелюбства – молода особа – правоохоронець не бажає наполегливо долати труднощі навчання чи несення служби, прикладати для цього будь-які посилені зусилля. Але у лінуванні може бути й своє пояснення – наприклад, перевтома; недомагання (хвороба); невідповідність потенційних можливостей особи для досягнення нею бажаного результату; суб'єктивне відчуття правоохоронцем марності, непотрібності виконаного завдання, яке доручив керівник курсантського підрозділу тощо;

2) *слабкість характеру* – трапляються курсанти, які мають сформовану попереднім соціальним оточенням (батьками, шкільним колективом, товаришами по спільному проведенню дозвілля тощо) схильність до спокус: їм подобається отримувати задоволення, і вони вишуковують будь-які способи, щоб постійно перебувати у власній зоні комфорту. Багато молодих людей

ховаються від реальної дійсності, занурюючись у комп'ютерні ігри, Інтернет, соціальні мережі, вживання спиртних напоїв тощо;

3) *недостатня готовність* працівників ОВС до виконання визначної роботи (низький рівень загальноосвітніх чи професійних знань, слабка фізична підготовка, невідповідність індивідуальних цінностей та мотивації обраній професії тощо);

4) затулювання окремими курсантами виконання дорученого завдання через присутність *страху* – є тип молодих людей, які в стані хвилювання і стурбованості не можуть сконцентруватися на виконанні роботи, діяльність мозку ніби «підвисає» (загальмовується). Страх буває різним: одні курсанти не хочуть працювати для досягнення кінцевого результату, *очікуючи критику і боячись відповідальності*; інші – *бояться залишити свою зону комфорту*, уникаючи необхідності займатися справами в рахунок свого вільного часу, прикладати певні інтелектуальні чи фізичні зусилля, проявляти наполегливість. Інтенсивні непереборні нав'язливі страхи, що охоплюють людину, незважаючи на розуміння їх безглуздості та спроби з ними впоратися, називаються *фобіями* (від грец. φόβος («phobos»)- страх, побоювання, жах) [7]. До таких фобій, які, на нашу думку, можуть стати основою для формування у курсанта прокрастинації, можна віднести наступні види: 1) страх відповідальності – гіпенгіофобія (Hypengyophobia); 2) боязнь отримати травму – травматофобія (Traumatophobia); 3) страх при користуванні вогнепальною зброєю – гофобія (Hopophobia); 4) боязнь кулі – балістофобія (Ballistophobia); 5) страх плавати – аблутофобія (Ablutophobia); 6) боязнь приймати рішення – децідофобія (Decidophobia); 7) боязнь не виконати свого обов'язку – параліпофобія (Paralipophobia); 8) боязнь писати – графофобія (Graphophobia); 9) страх виражати свою думку – доксофобія (Doxophobia); 10) боязнь говорити – лаліофобія (Laliophobia); 11) страх ходити до навчального закладу – дідаскалейнофобія (Didaskaleinophobia); 12) боязнь публічно виступати – глософобія (Glossophobia); 13) страх щодо нових знань – гнозіофобія (Gnosiophobia); 14) боязнь ідей, які відрізняються від загальноприйнятих – ересіфобія (Heresyphobia); 15) страх щодо новизни – кайнофобія (Cainophobia); 16) боязнь різних точок зору, інших думок, – аллодоксафобія (Allodoxaphobia); 17) страх перед складною науковою термінологією – гелленологофобія (Hellenologophobia); 18) боязнь символів – символофобія (Symbolophobia); 19) боязнь замкнутого простору – клаустрофобія (Claustrophobia); 20) страх перед висотою – аероакрофобія (Aeroacrophobia) та ін. [8];

5) *відсутність радості від виконуваної роботи* (наприклад, позачергове несення служби в добовому наряді (в підрозділі, на КПП, в курсантській столовій тощо), виконання поставлених керівником курсантського

підрозділу завдань з прибирання території навчального закладу, закріпленої за навчально-науковим підрозділом) або коли *результат заставляє себе довго чекати* (для отримання позитивної оцінки з курсової роботи, або, наприклад, для успішного складання заліку чи іспиту з навчальної дисципліни доводиться наполегливо працювати впродовж всього семестру);

6) ситуативна (раптова) *перевантаженість правоохоронця роботою* – коли виникає багато завдань одночасно: наприклад, необхідність нести курсантом службу в добовому наряді за графіком підрозділу і складання модульної контрольної роботи (заліку, іспиту) з навчальної дисципліни згідно розкладу занять. При цьому курсант не в змозі правильно розставити пріоритети – береться то за виконання одного завдання, то вирішує іншу проблему, не завершуючи в результаті жодного з них;

7) *втома*, причому будь-яка – фізична, розумова, психологічна чи морально-духовна [9, с. 164–187].

Разом з тим, як показують наші спостереження, курсанти – прокрастинатори в цілому значно оптимістичніші пересічних одногрупників (однокурсників). Причому, як показують дослідження, оптимізм не заважає їм розраховувати свої сили та час. Хоча безстрашність і віра прокрастинаторів у позитивне вирішення проблеми стосується тільки щодо оцінки ризиків, які пов'язані з невиконанням дорученої справи. Зокрема, таке явище яскраво простежується й у соціальному середовищі курсантів міліцейського вишу, наприклад, відображуючись у приказках «робота не вовк – у ліс не втече», «від сесії до сесії – живуть курсанти весело» – деяка частина таких легковажних осіб весь семестр пасивно ставиться до навчального процесу, а засвоєння передбаченого обсягу матеріалу з навчальних дисциплін програми професійної підготовки відкладають на останні дні перед підсумковим контролем (іспитом, заліком, модульною контрольною роботою, захистом курсової роботи тощо).

Найбільш розповсюдженими *видами самообману* (за критерієм популярності), до котрих вдаються курсанти – прокрастинатори, є:

1) *самовпевнена переконаність у власних можливостях, які можуть проявитися при наявності додаткових зовнішніх факторів*: «я можу ефективно та результативно працювати тільки тоді, коли мене хтось буде примушувати чи контролювати» (наприклад, значний обсяг дорученої роботи швидше буде виконаним під примусом керівника курсантського підрозділу чи певна тема буде краще засвоєна на консультації за присутності (під наглядом, при підказках) науково-педагогічного працівника);

2) *суб'єктивне обґрунтоване від термінування виконання роботи до більш сприятливих умов*: «я завтра зі свіжими силами зроблю це краще». При цьому ніякого помітного збільшення продуктивності сил чи приросту

результативності праці у курсанта в майбутньому не відбувається – ні після тривалого відпочинку, ні в умовах активної «аварійної» діяльності;

3) *пошук зовнішніх «поважних» пояснень своїх невдач (неуспішності)*: мене часто ставлять в наряди по службі; товариш вчасно не повернув робочий зошит, який йому було надано для переписування конспекту пропущеного заняття; одногрупник забув взяти на заняття мій конспект з кімнати гуртожитку; конспект (реферат) загубився під час участі курсанта у недавньому громадському, культурно або спортивно-масовому заході навчально-наукового підрозділу; стався збій у роботі комп'ютера внаслідок відключення електроенергії, внаслідок якого вся інформація для підготовки доповіді (реферату) на ПК була втрачена та ін.

Курсанти – прокрастинатори не тільки затакують час – вони активно шукають *справи* – «дистрактори», тобто таку діяльність, котра допомогла б їм не займатися потрібною роботою. Такі справи-дистрактори працівники ОВС з числа курсантів ВНЗ МВС України підбирають, за нашими спостереженнями, за двома критеріями: а) можливість постійно повертатися до дорученого чи складного завдання; б) неможливість своєю бездіяльністю пошкодити чи зруйнувати результати майбутньої праці. Наприклад, найбільш популярні справи-дистрактори – перевірка електронної пошти персонального комп'ютера (повідомлень в мобільному телефоні), пошук будь-якої інформації в Інтернеті, гра в різноманітні ігри на цих засобах комунікації тощо.

Серед курсантів – прокрастинаторів часто спостерігається високий процент осіб з низькою фізичною підготовкою (стосовно студентів відомчих ВНЗ МВС України – з поганим станом здоров'я): опір організму простудним захворюванням у них вдвоє нижчий, ніж у групі молодих людей (одногрупників) з належною фізичною підготовкою, уразливість перед гастроінфекціями – втричі вища.

В окремих ситуаціях у силу випадкових причин (надзвичайно сильний зовнішній стимул, усвідомлений особистісний вибір, надана обіцянка близькій людині (безпосередньому керівникові курсантського підрозділу, науково-педагогічному працівникові тощо) курсант – прокрастинатор може повністю змінитися у ставленні до справи. Разом з тим, ефективна та свідомо продуктивна поведінка вимагає від нього значно більших затрат фізичних сил, ніж у пересічного цілеспрямованого та працелюбного одногрупника. Результатом такої поведінки у курсанта – прокрастинатора стає підвищена особистісна тривожність, трапляються психічні (фізіологічні) розлади, внаслідок чого часто виникає сонливість; в кінцевому рахунку – через деякий час відбувається повернення до звичного шаблону пасивної поведінки (лінощів).

Рекомендації офіцерам – вихователям (керівникам курсантських підрозділів, кураторам навчальних груп, психологам міліцейського вишу) щодо організації профілактики та подолання прокрастинації у курсантів ВНЗ МВС України.

Як правило, прокрастинація працівників ОВС – виключно психолого-педагогічна проблема, однак лікарям (наприклад, неврологу, психіатру) все ж варто пам'ятати про деякі захворювання головного мозку, котрі можуть проявлятися подібними симптомами.

Прокрастинація як індивідуальна якість правоохоронця – не діагноз. Науково-педагогічному працівникові (куратору навчальної групи) чи керівникові курсантського підрозділу потрібно у кожному конкретному випадку в першу чергу проаналізувати обставини, які призвели до такої поведінки молодого міліціонера, визначити, *симптомами* чого вона є. Наприклад: це можуть бути 1) депресивні стани: лінь з'являється на ґрунті песимізму, смутку; депресія майже завжди вимагає професійного лікування; 2) тривожні розлади: тривожність (хвилювання, переживання) з приводу досягнення бажаних результатів може викликати у працівника міліції глибоке занепокоєння, чого б не очікував курсант – невдачі чи успіхів (наприклад, очікування спортивної перемоги у змаганнях при проведенні першості міліцейського вишу з професійно-прикладних видів спорту із сильнішими за складом командами спортсменів із навчальних груп одного курсу або старшокурсників). Вияснення основ (першопричин) своєї тривожності – це робота, котру курсанту потрібно зробити в першу чергу самому, а також в разі необхідності – з допомогою психолога (психотерапевта); 3) особистісні морально-психологічні конфлікти, зокрема: а) боротьба між особистісними і колективними інтересами – відчуження власної мотивації «я хочу» і мобілізація сил на виконання соціального доручення («це потрібно зробити для навчальної групи, курсу»), котра деколи призводить до безглузлого байдикування курсанта; б) вплив сімейних проблем (гострі протиріччя між батьками у сім'ї чи переживання курсанта щодо їх потенційного розлучення, психологічне травмування передчасною смертю близького родича або випадком його раптового серйозного захворювання (травмування); в) розрив відносин з коханою дівчиною тощо.

Навпаки, курсанти, які чітко усвідомлюють свої найближчі перспективи, мають чітку вмотивовану мету, розуміють необхідність прикладення та концентрації для цього всіх своїх сил, проявляють старанність, можуть успішно переборювати будь-які перешкоди (наприклад, подолати власну прокрастинацію (інфантильність) заради успішного завершення курсу навчання чи отримання диплома з відзнакою для успішного вступу до магістратури (ад'юнктури) ВНЗ МВС України).

Прокрастинацію у працівників ОВС можна успішно подолати, хоча для цього їм самим необхідно активно попрацювати над собою при кваліфікованій психолого-педагогічній допомозі. Надамо молодим правоохоронцям (на прикладі курсантів ВНЗ МВС України) в контексті піднятої проблеми деякі організаційно-педагогічні рекомендації:

1) *розставте пріоритети*: починайте з *важливих і термінових справ* (наприклад, подолання форс-мажорних обставин, вирішення невідкладних справ – підготовка до найближчого практичного заняття з конкретної навчальної дисципліни, на яких курсант тривалий час займав пасивну позицію, а викладач попередив про обов'язкове його опитування на наступному семінарі; приведення у належний стан забрудненого форменого одягу перед інструктажем добового наряду (патрулюванням); самостійне вивчення навчального матеріалу з пропущеного заняття та перескладання на консультації незадовільної оцінки для отримання допуску у викладача до участі у підсумковому(модульному) контролі знань; оперативна актуалізація належної теоретичної підготовки щодо ґрунтовного знання прав і обов'язків чергового у складі добового наряду перед заступанням на службу по навчально-науковому підрозділу (КПП, їдальні), повторення положень Статуту патрульно-постової служби міліції до проведення відповідальним офіцером цільового інструктажу з курсантами підрозділу перед виходом їх на маршрут патрулювання для охорони громадського порядку тощо).

Потім займайтеся *важливими, але не терміновими справами* (наприклад, написанням реферату (повідомлення) згідно плану роботи наукового гуртка або тез доповідей на щорічну науково-практичну конференцію курсантів та студентів університету, яка проводиться наприкінці кожного навчального року; підготовкою курсової роботи, до захисту якої залишилось декілька тижнів чи місяців (кінець семестру); вибором та придбанням сезонного чи спортивного взуття, спортивної форми тощо).

Далі вирішуйте питання щодо виконання *маловажливих і відтермінованих завдань* (придбання костюма чи одягу для літнього відпочинку, участь у роботі та надання посильної допомоги редколегії стінгазети навчального курсу, прочитання художньої книги чи відвідування театру, вболівання за улюблену спортивну команду під час футбольного матчу у своєму місті, долучення до громадських робіт з благоустрою території ВНЗ тощо).

В останню чергу – здійснення планування та проведення часткової підготовки до виконання *неважливих і нетермінових справ* (відвідування бібліотеки чи заняття власним хобі, спілкування з друзями у Skype чи переписування у соціальних мережах, аналіз Інтернет-ресурсів у відповідності із своїми інтересами (автомобілі, зброя, спорт тощо), перевірка електронної пошти, проведення прибирання у власній кімнаті гуртожитку

(дрібний ремонт меблів – ліжка, тумбочки та ін.), наведення порядку на робочому столі тощо). Такі дрібниці не приносять результату, але вимагають значних затрат часу;

2) *розкладіть велике і складне завдання на дрібні операції* (вичленіть окремі прості дії, які є складовими компонентами-підзавданнями) та виконуйте їх послідовно;

3) *налаштуйте себе на роботу*, замінивши формулювання – «мені потрібно це зробити», «мене зобов'язують це зробити» – на «я хочу це зробити»; «від мене очікують конкретного результату» – на «я сам націлений на максимальний результат» тощо. Це знімає у правоохоронця психологічні бар'єри, мобілізує внутрішні сили;

4) *складіть план на певний період* (семестр, навчальний рік, на весь час навчання у ВНЗ тощо) з чіткими та реальними до виконання термінами – тоді не буде часу на байдикування; сформулюйте (конкретизуйте) свою мету на цей період; тоді при виборі справ зможете керуватися простим принципом: все, що не наближує до цілі – відкласти в бік;

5) *відпочиньте*: коли організм або психіка людини виснажені – працездатність в неї стає нижчою. При цьому, якщо ви втомилися фізично, то відновити сили допоможе розумова діяльність, і навпаки;

6) *абстрагуйтеся*: якщо усунути причину стресу неможливо, спробуйте не думати про це, заспокойтеся і зосередьтеся на суттєвих поточних справах;

7) *виховуйте силу волі*: найбільш складний, але й досить дієвий спосіб – сказати «ні» даремному витрачання часу та сконцентруватися на корисній роботі.

Висновки. Результати проведеного дослідження дозволяють зробити наступні узагальнення. Під прокрстинацією працівників ОВС як негативного особистісного утворення ми розуміємо звичку правоохоронців нескінченно відкладати справи, які особи усвідомлено розуміють як важливі, а також як форму лінії, яка набуває у курсантів характеру неврозу (поступово стає невротичним шаблоном поведінки, що викликає у прокрастинатора стійкий розлад або почуття провини). Найбільш характерними ознаками прокрастинації в особи є: 1) навмисне небажання займатися важливими справами; 2) постійне відтермінування виконання роботи (відкладення її на майбутнє) та усвідомлення недоцільності таких дій; 3) відчуття своєї провини.

Основними причинами хронічного відкладання справ курсантами – прокрастинаторами є такі: 1) лінь; 2) слабкість характеру; 3) недостатня підготовленість працівників ОВС до виконання визначеної роботи; 4) страх; 5) відсутність радості від виконуваної роботи або коли результат (оцінка роботи) відтерміновані у часі; 6) ситуативна (раптова) перевантаженість

правоохоронця роботою; 7) втома (фізична, розумова, психологічна чи духовна). Прокрастинація може бути симптомом депресивного стану правоохоронця, його тривожних розладів чи особистісних морально-психологічних конфліктів.

Серед основних рекомендацій для працівників ОВС щодо подолання прокрастинації пропонуємо наступні:

1) визначення особистісних пріоритетів та конкретизація черговості їх реалізації – а) мобілізація зусиль та наявних матеріальних ресурсів для оперативного виконання суспільно- чи індивідуально важливих і термінових справ; б) підготовка до виконання (підбір матеріальних ресурсів) чи часткове вчинення окремих дій щодо вирішення важливих, але не термінових завдань; в) посильна робота (визначення власних потенційних сил, можливостей та необхідних матеріальних засобів) над виконанням маловажливих і відтермінованих завдань (досягнення середніх цілей); г) перспективне планування щодо виконання неважливих і нетермінових справ (досягнення віддалених цілей);

2) розділення великого і складного завдання на дрібні операції;

3) налаштування себе на роботу;

4) чітке планування власної діяльності на певний період;

5) організація належного відпочинку (дозвілля) з метою відновлення сил;

6) абстрагування від негативних факторів стресу;

7) виховання сили волі тощо.

Пропонована робота не претендує на остаточне розв'язання всіх проблеми виховання особистості та професійного становлення сучасного фахівця ОВС. Розроблені підходи у профілактиці прокрастинації серед курсантів міліцейського вишу перш за все відображають основні аспекти вирішення проблеми формування (самовиховання) правоохоронців під час їх професійної підготовки і є перспективним науковим напрямом для подальшого поглиблення змісту та розширення психолого-педагогічних форм виховної роботи з перемінним складом ВНЗ МВС України.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Бандурка О.М. Юридична деонтологія : підручник / О. М. Бандурка, О. Ф. Скаун. – Харків : Вид-во НУВС, 2002. – 336 с.

2. Вайда Т.С. Особливості самовиховання працівників ОВС в сучасних умовах (на прикладі курсантів ВНЗ МВС України) / Тарас Вайда // Актуальні проблеми сучасної психології та педагогіки вищих навчальних закладів МВС України : матеріали VI-ої наук.-практ. конф. (Харків, 14 берез.

2014 р.) / МВС України, Харк. нац. ун-т внутр. справ. – Харків : ХНУВС, 2014. – С. 99–104.

3. Вайда Т. С. Педагогічна модель всебічного виховання курсантів як необхідна умова формування майбутніх офіцерів міліції / Т. С. Вайда, Я. Г. Бондаренко, А. І. Черкашин // Актуальні проблеми сучасної психології та педагогіки вищих навчальних закладів МВС України: збірник матеріалів V-ої науково-практичної конференції (24 травня 2013 року, м. Харків). – Х. : ХНУВС, 2013. – С. 98–101.

4. Городов П. Н. Актуальные вопросы перестройки воспитания в высшей военной школе / П. Н. Городов. – М. : ВПА, 1990. – С. 20–21.

5. Осокина А. Болезнь из долгого ящика / Анна Осокина // Я-газета. – № 15. – 11–17 апреля 2014 года. – С. 27.

6. Факты о прокрастинации как форме лени [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://03info.com/faktyi-o-prokrastinatsii-kak-forme-leni/>. – Назва з екрана.

7. Поздняков В. О. Фобії. Все про страх. Напрямки роботи зі страхами / Поздняков Василь Олександрович. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://lifer.com.ua/fobii-vse-pro-strax-napryamki-roboti-zi-straxami.html>.

8. Все виды фобий / Автор: psyllive.ru/articles/8057_vidi-fobii.aspx [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://psiholog.ua/publ/vse_vidy_fobij/1-1-0-10.

9. Вайда Т. С. Основи виховання працівників ОВС / Т. С. Вайда, А. І. Черкашин, В. В. Доценко : практичний посібник. – Харків : Харківський національний університет внутрішніх справ, 2014. – 318 с.