



## Bakalářská práce

### Prokrastinace studentů na střední škole

**Autor práce:** Anna Lukášová

**Akademický rok:** 2021/2022

**Studijní obor:** Učitelství praktického vyučování a odborného výcviku

**Vedoucí práce:** doc. PhDr. Dana Dobrovská, CSc.

#### Abstrakt

Cílem mé bakalářské práce je zjištění, v jaké míře se u studentů střední školy vyskytuje prokrastinace. Práce se skládá z teoretické a praktické části. Teoretická část se věnuje charakteristice pojmu prokrastinace, historii a současné době, příčinám odkladu povinností na pozdější dobu, ale také vhodným metodám, jak s prokrastinací bojovat. Obsahem empirického šetření jsou výsledky studentů střední školy zaměřené na chování ve vztahu k prokrastinaci. Dotazníkové šetření bylo provedeno na Střední průmyslové škole strojní a elektrotechnické v severočeském kraji. Závěr práce tvoří doporučení pro studenty, jak si efektivně plánovat školní povinnosti.

#### Abstract

The aim of my bachelor thesis is to find out to what extent procrastination occurs in high school students. The thesis consists of a theoretical and a practical part. The theoretical part deals with the characteristic of the concept of procrastination, the history and current times, the causes of postponing duties to a later time, as well as appropriate methods to fight procrastination. The content of the empirical investigation is the results of high school students focused on behavior in relation to procrastination. The questionnaire survey was conducted at the Secondary School of Mechanical and Electrical Engineering in the North Bohemia Region. The conclusion of the thesis is a recommendation for students on how to plan school duties effectively.

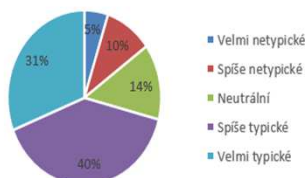
#### Cíl práce

Cílem empirického šetření je zjištění míry výskytu prokrastinace u zvoleného vzorku středoškolských studentů, jejich postojů k tomuto jevu, důsledků, jež jim prokrastinační chování přináší a jaké jsou podle jejich názoru příčiny odkladů povinností.

#### Metodika

Pro výzkumnou sondu byla zvolena kvantitativně pojatá metodologie s cílem zjistit a analyzovat studentskou prokrastinaci u daného vzorku. Dotazník byl vytvořen za pomoci internetové stránky [www.surveyo.cz](http://www.surveyo.cz), která je dostupná z kterékoliv internetové prohlížeče. Tento způsob sběru dat byl zvolen s ohledem na pandemickou situaci, kdy část studentů nebyla fyzicky přítomna ve škole, nebo vyučování probíhalo online formou. Elektronický dotazník se dělí na dvě části. Pro první část byla zvolena Layova škála prokrastinace pro studenty. Druhá část se skládá z osmi autorových otázek vztahujících se k prokrastinačnímu chování.

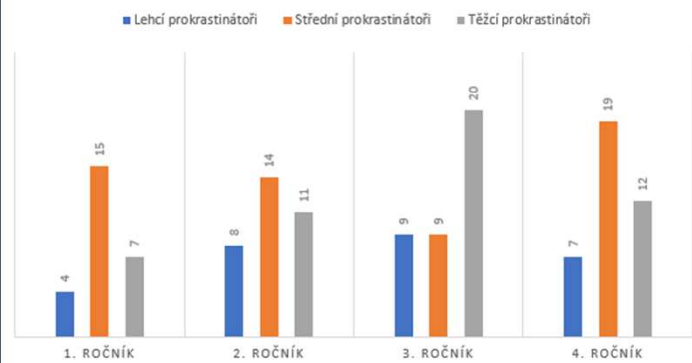
**Otázka č. 4: Často se přistihnu při tom, že dělám úkoly, které jsem zamýšlel/a dělat před několika dny.**



#### Výsledky

Po sečtení a analýze veškerých odpovědí dle Layovy škály příslušného bodové hodnocení bylo zjištěno, že většina dotazovaných, celkem 79 %, se řadí mezi středně prokrastinující (42 %) a těžce prokrastinující (37 %). Bodové vyhodnocení bylo nejvíce ovlivněno otázkami souvisejícími s pracemi na úkolech. U otázek týkajících se plnění úkolů studenti nejčastěji volili odpovědi směřující k prokrastinačnímu chování. Výsledky u otázek souvisejících s volnočasovými aktivitami nebo činnostmi nevztahujícími se ke vzdělávání, byly nejfrekventovaněji volenými odpověďmi v obdobné formě jako u otázek souvisejících s pracemi na úkolech.

#### VYHODNOCENÍ LAYOVY ŠKÁLY PROKRASTINACE



#### Závěr

S prokrastinací se v současné době potýká čím dál více lidí. Vzhledem k neustálému vývoji společnosti se zvyšují nároky na lidi, jak po osobní, tak i po pracovní stránce. Studenti jsou k vývoji technologií otevřenější, neboť poznávají doposud neznámé věci. A proto se raději věnují těmto aktivitám, místo aby plnili své školní úkoly.

Z výsledků dotazníkového šetření vyplývá, že většina dotazovaných studentů spadá do kategorie *středně a těžce prokrastinující*. Nejčastější příčinou odkladu svých povinností připisují studenti volnočasovým aktivitám a pobytu na sociálních sítích. Respondenti dle vyhodnocení odpovědí otálejí jak v plnění úkolů, tak i částečně v osobním životě.