



ČESKÉ VYSOKÉ UČENÍ
TECHNICKÉ V PRAZE
MASARYKŮV ÚSTAV
VYŠŠÍCH STUDIÍ

Prokrastinace žáků na středních školách

Autor: Michal Peller

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

Abstrakt

Bakalářská práce „Prokrastinace žáků středních škol“ se zabývá problémy spojenými s akademickou prokrastinací. Je rozdělena na část teoretickou a empirickou. V teoretické části je charakterizován pojem prokrastinace, historie prokrastinace, její příčiny, formy prokrastinace a možnosti jejího zvládnutí. Teoretická část je prezentací rešerše tuzemských a zahraničních odborných zdrojů daného tématu.

V empirické části jsou uvedeny výsledky šetření, zaměřeného na prokrastinační chování žáků středních škol. Kvantitativní i kvalitativní šetření bylo provedeno na dvou středních odborných školách. Výzkumná data poskytla informace o četnosti výskytu prokrastinace, její intenzity a motivaci k tomuto nežádoucímu chování.

Úvod

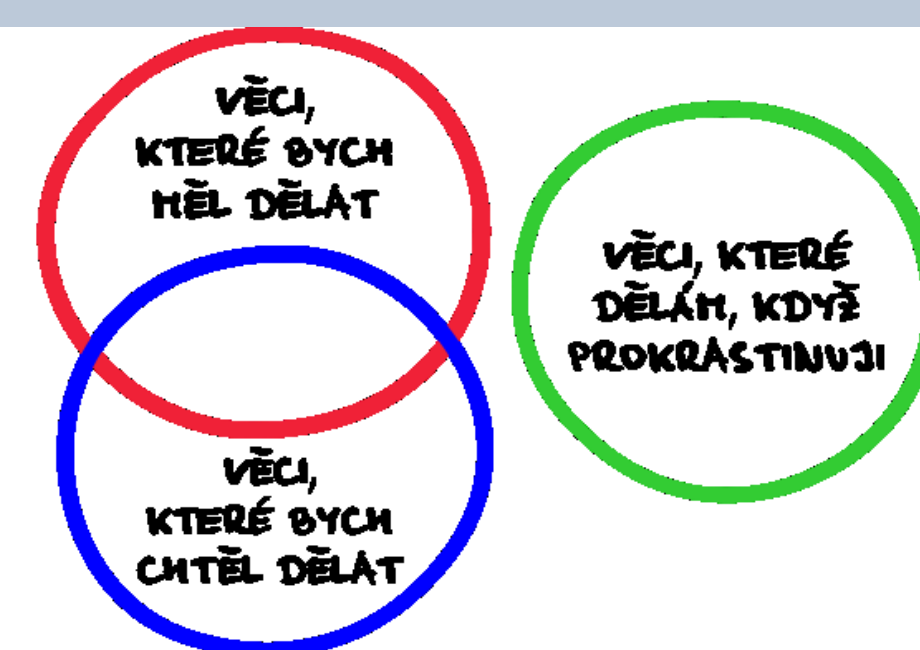
Každý jedinec má v životě velkou spoustu povinností, to platí především v období studia, kdy se úkoly musí plnit v požadované úrovni a v určitém časovém horizontu. Žáci a studenti by si měli osvojit průběžný přístup ke studiu, ale ne všichni to dokážou. To pak vede k odkládání povinností na poslední chvíli. Věnují se náhradním činnostem upřednostňují před povinnostmi pracovat na zadaném úkolu. Práci pak realizují na poslední chvíli, což má za následek fyzické a psychické vyčerpání.

Bakalářská práce je zaměřena na zjištění četnosti výskytu odkládání úkolů, intenzitu, s níž jsou tyto úkoly odkládány, motivace, jež vedou k tomuto chování a odhalení příčin prokrastinování.

Práce má dvě části, teoretickou a empirickou.

Teoretická část je zaměřena na vymezení pojmů, historii prokrastinování, určení příčin vedoucích k tomuto chování a rozdělení prokrastinace podle forem, způsobů měření a hledání možností zvládnutí prokrastinačního chování.

Praktická část prezentuje výsledky kvantitativně kvalitativní sondy, jež proběhla u žáků středních odborných škol. Prostřednictvím analýzy dat získaných prostřednictvím dvou zahraničních standardizovaných dotazníků a v rámci dotazování studentů byla zajištěna data, blíže specifikující incidenci prokrastinace na obou školách.



Odpovědi na otázku Do jaké míry odkládáte tento typ úkolů?

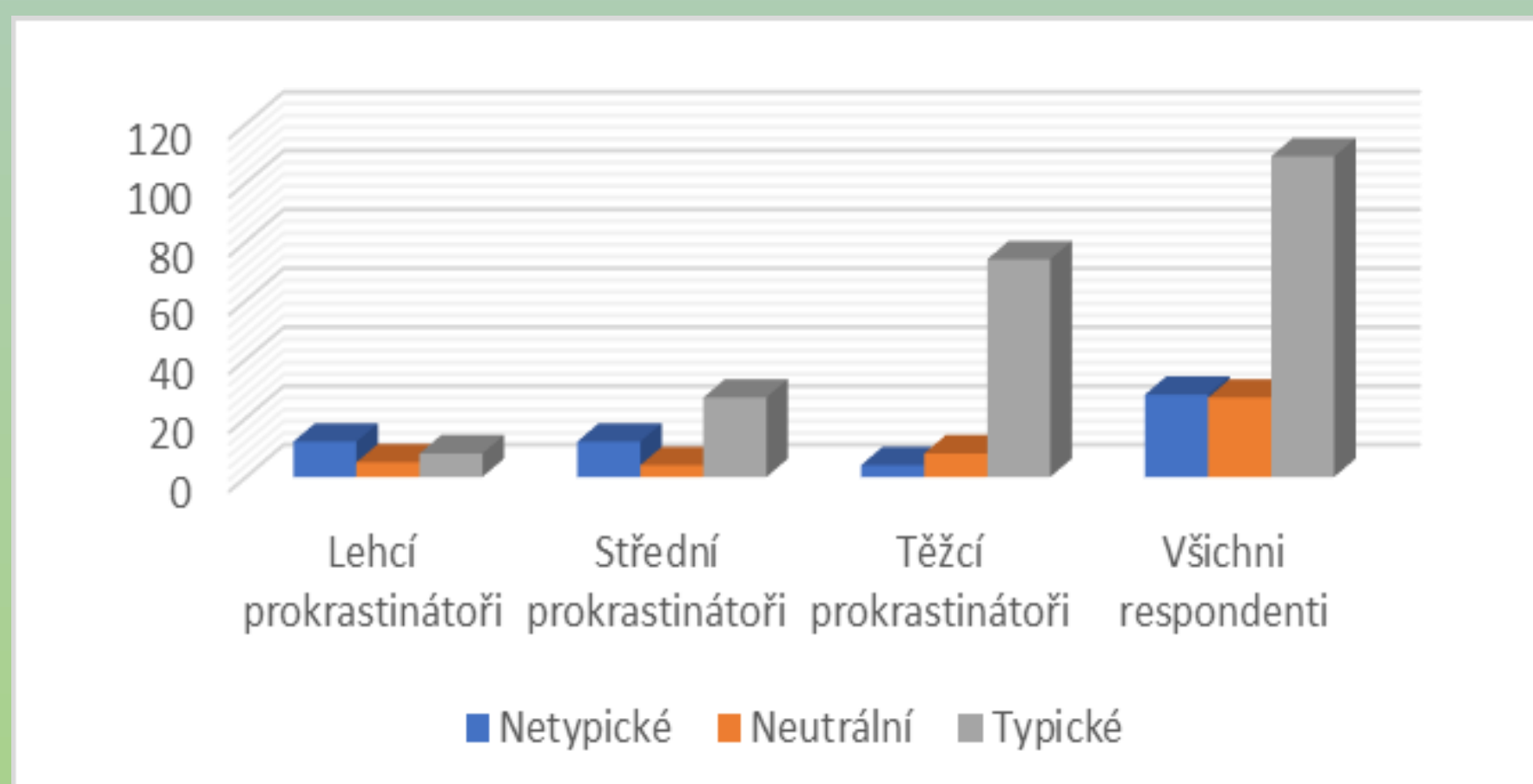
		Nikdy neodkládám	téměř nikdy neodkládám	občas odkládám	téměř vždy odkládám	vždy odkládám
otázka č. 1	Psaní písemných domácích úkolů	7	16	30	37	64
otázka č. 2	Studium na zkoušky a zkoušení	13	25	47	29	40
otázka č. 3	Dodržování úkolů, které souvisí s četbou zadaných textů v průběhu týdne	5	13	39	41	56
otázka č. 4	Schůzky a docházka: sjednání schůzky s vyučujícím, konzultace s vyučujícím	75	41	17	9	12
otázka č. 5	Školní aktivity obecně	28	52	24	26	24

Tabulka 1 Odpovědi na otázku č. 1, počet odpovědí

		Nikdy neodkládám	téměř nikdy neodkládám	občas odkládám	téměř vždy odkládám	vždy odkládám
otázka č. 1	Psaní písemných domácích úkolů	5%	10%	19%	24%	42%
otázka č. 2	Studium na zkoušky a zkoušení	8%	16%	31%	19%	26%
otázka č. 3	Dodržování úkolů, které souvisí s četbou zadaných textů v průběhu týdne	3%	9%	25%	27%	36%
otázka č. 4	Schůzky a docházka: sjednání schůzky s vyučujícím, konzultace s vyučujícím	49%	26%	11%	6%	8%
otázka č. 5	Školní aktivity obecně	18%	34%	15%	17%	16%

Tabulka 2 Odpovědi na otázku č. 1, procentuální vyjádření

Nejvíce prokrastinovaná činnost Layovy škály „Při práci na úkolu, který je před odevzdáním, často ztrácím čas děláním jiných věcí“



Závěr

Život každého jedince je naplněn povinnostmi, což platí již pro žáky základních a středních škol. Od žáků se očekává, že zadané úkoly budou plnit v určitém časovém období v požadované kvalitě, což, jak se ukázalo i v naší bakalářské práci, ne každý studující dokáže naplnit. U mnoha žáků se vyskytuje výrazná, až chronická tendence k odkládání zadaných úkolů, a to hlavně v případě těch nepříjemných a časově náročných.

Bakalářská práce si vymezila jako cíl zjistit a popsat výskyt prokrastinace u souboru žáků dvou středních škol technického zaměření, konkrétně na zjištění četnosti výskytu odkládání úkolů, intenzitu, s níž jsou tyto úkoly odkládány, motivace, jež vedou k tomuto chování a postoje žáků k prokrastinujícímu chování.

Práce má teoreticko-empirickou podobu. V teoretické části byla provedena rešerše relevantní literatury, prezentovány poznatky o výzkumech prokrastinačního chování v tuzemských i zahraničních výzkumech.

Empirická část si kládla za cíl zpracovat výzkumná data získaná ve skupině středoškoláků ze dvou technických středních škol v západočeském kraji. K danému úkolu byly využity dvě standardizované škály zahraniční provenience, jež byly přeloženy v roce 2005 do češtiny a standardizovány pro české prostředí. Jako doplňková metoda byla použita analýza volných odpovědí žáků na dvě otázky, s cílem zjistit míru jejich informovanosti o jevu prokrastinace a subjektivním vnímání příčin prokrastinačního chování. Oba dotazníky poskytly autorovi různě zaměřená data, kdy se ve finální fázi využily především údaje specifikované v Solomon/Rothblumově dotazníku, především při vyhodnocení 3 ze 4 hypotéz. Výsledky empirického šetření ukázaly, že míra prokrastinace je mezi zkoumanými středoškoláky vysoká, mezi těžké prokrastinátory lze počítat více než polovinu studentů, kteří odkládají především náročné školní povinnosti. Výše uvedené skutečnosti byly potvrzeny i srovnáním dat se třemi předchozími publikovanými průzkumy z období 2013-2017. Poslední, 4. hypotéza pak byla vyvrácena volnými odpověďmi žáků, kdy se překvapivě ukázalo, že je jejich informovanost o problematice poměrně nízká. Žáci také většinou nepřipisují příčinu prokrastinace vlastní ličnosti, ale své chování omlouvají nadbytkem atraktivnějších činností, jež nabízejí především moderní informační a komunikační technologie.

Závěry bakalářské práce byly poskytnuty vedení středních škol, které o ně projevilo zájem. Průzkum přispěl i ke zvýšení informovanosti jak žáků, tak jejich učitelů.

Seznam použité literatury

- Andres, P., Dobrovská, D. *Academic Procrastination of Post-graduat Technical Students – A Pilot Study*. IGIP proceedings, 2013.
- Gabrhelík, R. *Akademická prokrastinace: Ověření sebesposuzovací škály, prevalence a příčiny prokrastinace* [online]. Brno, 2008. Disertační práce. Masarykova univerzita.
- LUDWIG, P. *Konec prokrastinace: Jak přestat odkládat a začít žít naplno*. Brno: Jan Melvil Publishing, 2013. 271 s. ISBN 978-80-87270-51-6.
- Lay, C. H. *At last, my research article on procrastination*. Journal of Research in Personality, 1986, 20.