

## ПСИХОЛОГО-РЕЛІГІЙНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОКРАСТИНАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В УПРАВЛІНСЬКІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

### PSYCHOLOGICAL AND RELIGIOUS STUDY OF PERSONALITY PROCRASTINATION IN MANAGERIAL ACTIVITIES

Стаття присвячена психолого-релігійному дослідженню прокрастинації особистості в управлінській діяльності. Визначено, що комплексний і багатогранний характер управління породжує теоретичні послилки, які враховуються при дослідженні та науковому описі різних його елементів, сторін, їхніх взаємозв'язків і проявів. Кожен підхід до управління будь то психологічний, релігійний, філософський, політичний, історичний, ідеологічний, соціально-психологічний, праксеологічний, інформаційний, педагогічний несе в собі пізнавальний зміст, висвітлює якусь особливу грань, сторону цього складного суспільного явища. Кожен державний службовець, як суб'єкт управління, який прагне якісно виконувати свої обов'язки, постійно працює в умовах вирішення проблемних завдань, аналізу конкретних ситуацій, усвідомлення своєї соціальної функції. Його професіоналізм виявляється в здатності справлятися з труднощами в плануванні роботи при виникненні великої кількості ситуацій, виконання завдань, які не повинні відтермінуватися. Прокрастинація та лень призводять до негативної динаміки особистісного потенціалу та професійного кар'єрного зростання державних службовців і характеризуються: перевтомою, сонливістю, хворобами, певними психічними станами. В результаті аналізу наукових джерел з'ясовано суть понять прокрастинації та лєні з психологічного і релігійного підходів.

Мета даної роботи полягає в теоретичному аналізі понять прокрастинації та лєні, а також у визначенні кореляції між релігійністю та проявами прокрастинації державних службовців.

Відповідно до мети були виділені наступні завдання:

- дати визначення понять прокрастинації, лєні;
- розглянути основні теорії прокрастинації та лєні;
- охарактеризувати психологічний та релігійний підходи до визначення понять прокрастинації та лєні;
- виявити характерні показники кореляції між релігійністю та проявами прокрастинації державних службовців.

Методи дослідження, що використовуються в роботі: аналіз наукової літератури, нормативно-правових актів. Дослідження може бути цінним для усвідомлення негативного впливу прокрастинації та лєні в процесі виконання справ і прийняття рішень в управлінській діяльності державних службовців.

Підвищення ефективності управлінської діяльності державних службовців відбувається завдяки постійному кар'єрному зростанню, який визначається усвідомленням своїх інтересів, ідеалів, цінностей, установок, особистісно-індивідуальних якостей, відчуттів, емоцій, релігійному світогляду. Світогляд державних службовців має велике значення в процесі виконання управлінської діяльності та засновується на співвіднесенні дійсного та уявного, теорії та практики, досвіду, переконань та ідеалів. Часто саме релігійний світогляд відіграє вирішальну роль в процесі кар'єрного зростання та ефективності управлінської діяльності державних службовців. Аналіз кореляції між релігійністю та проявами прокрастинації показує, що державні службовці з релігійним світоглядом менше схильні до прокрастинації та мають більш високу життєву задоволеність.

**Ключові слова:** державний службовець, прокрастинація, лєнь, релігійність, релігійний світогляд.

The article is devoted to the psychological and religious study of personality procrastination in managerial activities. It was determined that the complex and multifaceted nature of management gives rise to theoretical premises, which are taken into account during the study and scientific description of its various elements, parties, their interrelationships and manifestations. Each approach to management, be it psychological, religious, philosophical, political, historical, ideological, socio-psychological, praxeological, informational, pedagogical, carries cognitive content, illuminates some special facet, side of this complex social phenomenon. Every civil servant, as a subject of management, who strives to fulfill his duties with high quality, constantly works in the conditions of solving problematic tasks, analyzing specific situations, and realizing his social function. His professionalism is manifested in the ability to cope with difficulties in planning work when a large number of situations arise, performing tasks that should not be postponed.

Procrastination and laziness lead to negative dynamics of personal potential and professional career growth of civil servants and are characterized by: fatigue, drowsiness, illnesses, certain mental conditions. As a result of the analysis of scientific sources, the essence of the concepts of procrastination and laziness from psychological and religious approaches was clarified.

The purpose of this work is to theoretically analyze the concepts of procrastination and laziness, as well as to determine the correlation between religiosity and manifestations of procrastination of civil servants.

According to the goal, the following tasks were allocated:

- define the concepts of procrastination, laziness;
- consider the main theories of procrastination and laziness;
- characterize psychological and religious approaches to defining the concepts of procrastination and laziness;
- to identify characteristic indicators of correlation between religiosity and manifestations of procrastination of civil servants.

Research methods used in the work: analysis of scientific literature, normative legal acts. The research can be valuable for understanding the negative impact of procrastination and laziness in the process of doing things and making decisions in the managerial activities of civil servants.

Increasing the efficiency of the management activity of civil servants occurs due to constant career growth, which is determined by awareness of one's interests, ideals, values, attitudes, personal and individual qualities, feelings, emotions, and religious worldview. The worldview of civil servants is of great importance in the process of performing management activities and is based on the correlation between real and imaginary, theory and practice, experience, beliefs and ideals. Often, it is the religious worldview that plays a decisive role in the process of career growth and the effectiveness of the management activities of civil servants. Analysis of the correlation between religiosity and manifestations of procrastination shows that civil servants with a religious worldview are less prone to procrastination and have higher life satisfaction.

**Key words:** civil servant, procrastination, laziness, religiosity, religious outlook.

УДК 159.944.3  
DOI <https://doi.org/10.32782/pma2663-5240-2023.35.7>

**Котляр Л.І.**

к. психол. наук, доцент,  
доцент кафедри практичної психології  
Одеський національний  
морський університет

**Рубський В.М.**

д. філос. наук,  
доцент кафедри практичної психології  
Одеський національний  
морський університет

**Вступ.** Багатогранний характер управлінської діяльності державних службовців породжує теоретичні посилки, які необхідно враховувати при дослідженні та науковому описі різних її елементів, сторін, їхніх взаємозв'язків та проявів. Кожен підхід до управління будь то психологічний, релігійний, філософський, політичний, історичний, ідеологічний, соціально-психологічний, праксеологічний, інформаційний, педагогічний несе в собі пізнавальний зміст, висвітлює якусь особливу грань, сторону цього складного суспільного явища. Не випадково найбільші труднощі в управлінській діяльності державних службовців виникають на практиці, коли необхідне вчасне виконання завдань та прийняття рішень без прокрастинації.

Кар'єрне зростання є практичною реалізацією державних службовців в управлінській діяльності.

Актуальність даного дослідження обумовлена тим, що прокрастинація та лінь негативно впливають на процес вчасного виконання справ і прийняття рішень в управлінській діяльності; релігійний світогляд відіграє вирішальну роль в процесі кар'єрного зростання та підвищує ефективність управлінської діяльності державних службовців.

У науковому дослідженні дано визначення феноменів прокрастинації та ліні, які проявляються в процесі здійснення управлінської діяльності та кар'єрного зростання державних службовців. Проблема прокрастинації розглянута з точки зору психологічних та релігійних концепцій.

У науковій статті були з'ясовані наукові підходи до визначення термінів: прокрастинація, лінь, релігійність, відкладене задоволення, релігійний світогляд. Також були виявлені наступні характерні показники

кореляції між релігійністю та прокрастинацією державних службовців в управлінській діяльності: мотивація та цінності; соціальна підтримка; психологічні механізми; структура та порядок життя.

**Виклад основного матеріалу.** Стрімкий темп життя, надмірний інформаційний вплив привертає увагу науковців звертатися до проблеми збереження та підвищення рівня психічного здоров'я особистості. Особливе значення мають психолого-релігійні дослідження прокрастинації особистості в управлінській діяльності.

Протягом еволюції філософської думки поняття про прокрастинацію як про якийсь механізм, психологічну реакцію в структурі особистості, цікавило видатних філософів, психологів та соціологів. Прокрастинація (від лат. *procrastinare*) – психологічний термін, що

означає схильність людини відкладати неприємні завдання на потім, тяжіння до справ.

Прокрастинатори – люди, схильні відтерміновувати виконання завдань, перекладати відповідальність на інших, працювати хаотично, без плану.

«Online Etymology Dictionary» подає такі відомості: «Прокрастинація (ім.): 1540 рр., від середньовічного французького *procrastinationi* лат. *Procrastinationem* (називний відм. – *procrastinatio*) – відкладання з дня на день, *procrastinare* – відкласти, відтягнути, затримати, *pro-* вперед, далі, на користь чого-небудь, та *crastinus-* завтра» [8].

Зазначимо, що сам термін «прокрастинація» вперше використав у своїй проповіді преподобний Antony Wolker (1682), назвавши її украй гріховною, особливо якщо вона стосується зволікання покаяння [2].

Поворотним моментом у розумінні прокрастинації більшість науковців вважають XVIII ст. Так, J. Ferrari зі своїми колегами розглядає прокрастинацію як явище, яке існувало упродовж усієї історії людства, проте негативних конотацій набуло саме з приходом промислової революції (1750 р.), коли поряд з новими технологіями з'явилися точні терміни виконання роботи [8].

За результатами досліджень М. Kachgal та ін., прокрастинація є явищем, яке стрімко поширюється саме у наш час. N. Milgram таке її зростання пов'язує з накладанням на людину зобов'язань та висуванням жорстких термінів для їх виконання. Тому на думку вченого, аграрні суспільства, які є менш розвиненими, «не хворіють» на прокрастинацію [11].

Дослідники виділяють наступні типи ліні:

1. *Лінь як наслідок невідповідності актуальних можливостей вимогам, що ставляться характером діяльності.* Перевтома, сонливість, хвороба, певні психічні стани – всі ці причини можна визначити як об'єктивні, «природні» чинники виникнення ліні. Цей вид ліні можна позначити як ресурсну лінь.

2. *Лінь як наслідок невизначеності очікуваного результату або його невідповідності витраченим зусиллям.* У цьому випадку небажання займатися певною діяльністю викликане оцінкою ситуації як такої, коли «...не варта справа заходу, а результат праці...». Цей вид ліні можна визначити як доцільну лінь.

3. *Лінь як наслідок невідповідності характеру діяльності структурі потреб особистості.* Тут небажання виникає через те, що робота оцінюється як «нецікава» («...я не можу примусити себе займатися тим, що мені нецікаво...»), «безглузда» («... ця робота нічого не дає для мого професійного зростання...»). Тобто діяльність не відповідає інтересам,

мотивам, особистісній спрямованості. Цей вид лінії можна визначити як ліній унаслідок відсутності інтересу.

4. *Як окремих випадок невідповідності характеру діяльності структурі особистості, ліній також може бути неусвідомлюваною формою негативізму, який, у свою чергу може викликатися як зайвою «директивністю», «надмірною нав'язливістю» норми або розпорядження, так і певним рівнем інфантильності самої людини. Цей вид лінії можна визначити як негативну ліній.*

5. *Ліній як наслідок невідповідності прогнозованого результату рівню домагань та самооцінки людини. Тут на досягненні мети зав'язується самооцінка людини, і в результатах своєї праці людина бачить підтвердження надмірно значущих для неї аспектів власної «Я-концепції»: успішності, розуму, креативності тощо. Така «надзначущість» створює навколо цієї діяльності надлишкове напруження та тривогу, людина починає відчувати певний страх (частіше неусвідомлюваний) з приводу неспіху в значущій для неї сфері. У цьому контексті ліній є свого роду психологічним захистом, який на деякий час блокує потенційно «небезпечну» діяльність. Цей вид лінії можна визначити як захисну ліній [6].*

Сучасний стан досліджень прокрастинації представлений у безлічі теорій, які намагаються пояснити дане явище, але жодна з них не є загально визнаною та універсальною. Найбільш правильною, на наш погляд, є той кут аналізу, в якому прокрастинація є лише частиною загальної проблеми вимірювання себе та рівнів комунікації з іншими та собою [13]. Однак загальним місцем є типологізація прокрастинаторів і рекомендація подолання даного синдрому відповідно до типу та підтипу тієї чи іншої типологізації. Наприклад, один із найвідоміших дослідників прокрастинації Дж. Р. Феррарі, пропонував типологізувати прояви цього феномену в залежності від особистісних особливостей людей, від їхньої стратегії поведінки [8].

Загалом передумови перфекціонізму такі:

- Встановлення для себе надто високих стандартів, які не залишають можливості допущення помилок.
- Нездатність відчувати задоволення від роботи.
- Мотивація уникнення невдач.
- Жорстока самокритика через невдачі [3].

Прокрастинація може бути як частиною загального стресу, і його резонатором. При цьому, як правило, посилюється почуття провини та втрата продуктивності. В рамках когнітивного підходу в основі прокрастинації – занижена самооцінка.

Релігійний вимір прокрастинації має власну специфіку. Головним її компонентом виступає тут двоїстість роботи принципу відстроченого задоволення. Це той комплекс когнітивних механізмів, який створив людину людиною. Коли людина проектує задоволення, щоб отримати результат, вона готова працювати сьогодні, завтра і післязавтра без позитивного підкріплення. Таким чином, люди масштабують особистий простір часу, що дає можливість розставляти пріоритети.

Це дозволяє актуалізувати всі основні елементи тайм-менеджменту:

- розміщення пріоритетів
- управління волею та емоціями
- фіксацію та постановку завдань
- досягнення поставленої мети
- оцінку результатів діяльності тощо [4].

Однак, цей принцип, що грає позитивну роль, набуває свого подвійного виміру, коли потрапляє в християнську сотеріологію (уявлення про порятунок як життєвий проект).

З одного боку принцип відкладеного задоволення стимулює масштабне мислення та мотивує до терпіння. У християнстві термін «терпіння» посідає особливе місце. «Терпінням вашим рятуйте душі ваші» Лк. 21, 19 – говорить Ісус. «Випробування вашої віри робить терпіння; терпіння ж має мати досконалу дію, щоб ви були досконалі у всій повноті, без жодної нестачі» [2]. Таким чином, думка про тимчасове позбавлення та подальшу компенсацію позитивно ускладнює мислення та мотивує проживання життя як цілого. «Терпіння потрібне вам, щоб, виконавши Божу волю, отримати обіцяне» [2].

З іншого боку, з цього погляду християнин починає розглядати своє земне дійсне життя як відкладене задоволення. Житиме він потім, після смерті. А зараз він заробляє собі путівку у вічність. Для сучасного типу свідомості це далеко не завжди привабливо, тому що ставить своє життя у певний умовний модус. Тобто така людина живе в перспективі перерахунку всіх її справ, слів та думок у позитивні та негативні. Наприклад, коли він бажає добра іншому, то робить позитивне, коли він ображає або засуджує іншого, робить негативне. У цьому модусі життя від суб'єкта вислизає справжність переживання «тут і зараз». Відбувається втрата «тут і зараз» в ім'я «потім». Все життя перетворюється на «потім». Якщо судити з священних текстів, то справа доходить до курйозу, коли в рекомендаціях апостола читаємо наступне: «якщо ворог твій голодний, нагодуй його; якщо у нього спрага, дай йому води: бо, роблячи це, ти збереш на його голові вугілля, що горить» [2]. Така перестановка етичних акцентів на 180 градусів можлива лише

у специфіці християнської сотеріології. Вона переміщує акцент на потойбічне, мимоволі знецінюючи справжнє. Ф. Ніцше, обігруючи І. Канта, писав про це так: «Ви, чесноти, хочете, щоб ще й заплатили вам! Бажаєте отримати плату за чесноту, небо за землю і вічність за ваше «сьогодні»?... основою речей зробили брехню – нагороду та покарання; а тепер ту ж брехню поклали і в основу ваших душ, ви, доброчесні!» [5, с. 112].

Таким чином, відкладення повноти життя «на потім» отримує релігійну санкцію, перетворює дружбу, любов і відданість на сотеріологічний бонус, який потім має проявитися як позитивний.

Позначений вище світ перерахунків є зручною психозахисною моделлю світосприйняття для тих типів особистості, яким необхідна додаткова сигніфікація параметрів життя [2]. Вони надають природну недовіру своїм почуттям у результаті їм перестає бути зрозумілим, що відбувається в потоці життя. Тут важливо перекласти події життя на якусь універсальну шкалу виміру. Думка про її універсальність є важливим фактором стресостійкості. Умовно кажучи, подати руку потопаючому – означає +100 балів, штовхнути слабого – отже –20 балів і т.п. Але життя немає власних оцінок, люди не відчують життя – граничного в її ієрархії цінностей. Напередодні фрустрації і з'являється система перерахунку того, що є добре, а що є погано. Більшість людей свої оцінки того, що відбувається, черпають у загальних параметрах культури (супер-его).

Робота з часом – один із компонентів роботи прокрастинатора. Для тих, хто правильно розставляє пріоритети за часом, для тих немає проблем із терпінням труднощів. Християнська робота з масштабуванням часу та регулюванням задоволення приносить свої позитивні результати. Не всі задоволення мають бути тут і зараз (у ту ж мить).

У психічному світі людини немає чогось універсально позитивного чи негативного. Те, що для одного – психозахист, для іншого – травма. Якщо риба добре почувається під водою все життя, то людина не дуже добре почуватиметься під водою так довго. І навпаки: на суші, де ми добре почуваємося, риба гине. Ні суша, ні вода не є чимось поганим, але для кожної людини те, на що вона може орієнтуватися в цьому житті заради свого психічного стану, є рятівним.

Тому сотеріологія, у своєму перерахунку роблячи повсякденність несправжньою, тим не менш, створює архітектоніку сакральних точок буття і, тим самим, мотивацію для виконання всього життя як одного проекту. Тут бачимо цей необхідний парадокс: відклада-

ючи «справжнє» життя на потім, суб'єкт знаходить ресурс і мотив свого тайм-менеджмента.

З погляду богослов'я це також має протилежні сенси. З одного боку, це дистанціює людину від Бога. У цій дистанції Бог живе не з нами, а як би навпроти нас як екзаменатор. Невипадково православні та протестантські проповідники іноді порівнюють Страшний суд з іспитом, який ми маємо складати. Можливо, і доведеться – це виходить за межі психологічного аналізу – але нам важливо побачити, що рольова функція «Бог-екзаменатор» перешкоджає образу Бога як друга. Класичне подвійне послання в Євангелії: «Ви друзі Мої, якщо виконуєте те, що Я вам заповідаю». Ось це «якщо» перекреслює зізнання у дружбі. Вкрай незручно дружити з тим, хто запам'ятовує всі ваші дії, а потім неупереджено вас кадає [2].

У світовій психології було проведено низку досліджень, що вивчили зв'язок між релігією та прокрастинацією. Деякі дослідження зосереджуються на тому, як релігійні переконання та практики можуть вплинути на схильність до прокрастинації, а інші – на тому, як прокрастинація може вплинути на релігійну практику та віру.

Треба зазначити, що дослідники Zarzycka B., Liszewski T., Marzel M. описують прокрастинацію як невдачу саморегуляції особистості. У своєму дослідженні вони виявили, що у взаємозв'язку релігійності та прокрастинації, локус контролю та стиль молитви відіграють посередницьку роль. Ці результати були отримані після аналізу даних 196 студентів [14].

Дані були визначені за допомогою шкали локусу контролю Левенсона, шкали контролю Бога, шкали змісту молитв та шкали поведінкової прокрастинації. Результати дослідження Беати Зажицької із співавторами такі: «внутрішній контроль повністю опосередковує вплив суспільної молитви та релігійного досвіду на прокрастинацію; а пасивний стиль молитви був посередником у відносинах між центральним становищем релігії та зволіканням» [14, с. 216].

На наш погляд, дуже цікавим є дослідження Хаджара Акбарнеджхада та Шахрбану Гахарі. Автори зібрали велику базу даних. Для її аналізу вони застосували кореляційний та регресійний аналізи Пірсона. Результати дослідження показали, що існує негативний зв'язок між духовним способом життя та прокрастинацією серед працюючих жінок у Тегерані ( $P < 0,01$ ). Прокрастинація серед працюючих жінок передбачувана через спосіб життя, який заснований на духовності; іншими словами, зростання духовності у способі життя людини призводить до зниження рівня прокрастинації [9].

Заслужують на увагу наукове дослідження Azizah U., Ruhaena L., в якому аналізується саморегуляція та прокрастинація особистості студентів. Автори констатують, що на академічну прокрастинацію впливають саморегуляція у навчанні, релігійність та соціальна підтримка [7].

Треба відмітити, що релігійні державні службовці менше схильні до прокрастинації та мають більш високу життєву задоволеність.

Їх можна резюмувати кількома показниками:

1. Мотивація та цінності: Релігійність може надихати державних службовців на відповідальне виконання зобов'язань в процесі управлінської діяльності та призводити до меншої схильності до прокрастинації.

2. Соціальна підтримка: Релігійні державні службовці можуть мати більш розвинену соціальну мережу та підтримку, що може допомагати їм ефективніше керувати своїм часом в процесі управлінської діяльності та справлятися з прокрастинацією.

3. Психологічні механізми: Релігійність може надати державним службовцям інструменти для управління своїми емоціями та стресом, що у свою чергу може допомагати їм у подоланні прокрастинації.

4. Структура: Релігійні практики та ритуали можуть допомагати державним службовцям створювати структуру та порядок в процесі управлінської діяльності та знижувати схильність до прокрастинації.

Проте слід зазначити, що в психології генералізація «релігійна людина» не може бути точною. Релігійні люди мають різну міру схильності до прокрастинації. Тому причини виникнення та механізми подолання прокрастинації можуть бути дуже індивідуальними та залежать від багатьох інших факторів, крім релігійного.

**Висновки.** Проведений теоретичний аналіз показав, що підвищення ефективності управлінської діяльності державних службовців відбувається завдяки постійному кар'єрному зростанню, який визначається усвідомленням своїх інтересів, ідеалів, цінностей, установок, особистісно-індивідуальних якостей, відчуттів, емоцій, релігійного світогляду. Світогляд державних службовців має велике значення в процесі виконання управлінської діяльності та засновується на співвіднесенні дійсного та уявного, теорії та практики, досвіду, переконань та ідеалів.

Визначено, що прокрастинація та лінг негативно впливають на процес вчасного виконання справ і прийняття рішень в управлінській діяльності; релігійний світогляд відіграє вирішальну роль в процесі кар'єрного зростання та підвищує ефективність управлінської діяль-

ності; державні службовці з релігійним світоглядом менше схильні до прокрастинації та мають більш високу життєву задоволеність. Аналіз і узагальнення психологічних та релігійних підходів дозволили виявити характерні показники кореляції між релігійністю та проявами прокрастинації державних службовців в управлінській діяльності: мотивація та цінності; соціальна підтримка; психологічні механізми; створення структури та порядку в процесі управлінської діяльності.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Боришевський М.Й. Психологічні механізми розвитку особистості. *Педагогіка і психологія*. 1996. № 3. С. 26–33.
2. Каргіна Н., Рубський В. Світоглядна основа психологічного благополуччя особистості. *Збірник наукових праць. «Психологія: реальність і перспективи»*. 2020. № 14. С. 90–96.
3. Котляр Л.І. Вплив перфекціонізму на прояви прокрастинації державних службовців. *Публічне управління і адміністрування в Україні*. 2019. № 13. С. 34–38.
4. Котляр Л.І. Особистісна ригідність у контексті проблеми прокрастинації державних службовців в управлінській діяльності. *Публічне управління і адміністрування в Україні*. 2020. № 20. С. 89–92.
5. Ніцше Ф. Повне зібрання творів: в 15-ти т. Львів : Астролябія, 2004. Т. 1.: Народження трагедії. Невчасні міркування I–IV. Твори спадку 1870–1873 / пер. з нім. О. Фешовець, К. Котюк. С. 131–426.
6. Проскура Ю.О. Дослідження зв'язку ліній з факторами «Великої п'ятірки». *Вісник Дніпропетровського університету економіки та права імені Альфреда Нобеля. Педагогіка і психологія*. Дніпро, 2011. № 1(1). С. 130–131.
7. Azizah U., Ruhaena L. The role of self-regulatory learning, religiosity, and parental social support with student academic procrastination in distance learning. *Indigenous. Jurnal Ilmiah Psikologi*. 2022. No 7(2). P. 176–188.
8. Ferrari J. R. Procrastination and task avoidance: *Theory, research, and treatment*. NY : Springer, 1995. 268 p.
9. Hajar Akbarnejhad, Shahrbanoo Ghahari. Relationship between spirituality-based lifestyle and procrastination among employed women in Iran. *Biology and Medicine*. 2017. Vol. 9, No 1. 123 p.
10. Hesiod. *Encyclopedic Dictionary of Philosophy / V.I. Shyncharchuk et al.* Kiev, 2002. 742 p.
11. Milgram N.A. Procrastination: A malady of modern time. *Boletin de Psicologia*. 1992. Vol. 35:83.
12. Rubskyi V. M. Personality communication levels. *Anthropological Measurements of Philosophical Research*. 2019. No 16. P. 24–32.
13. Steel P. The nature of procrastination: a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological bulletin*. 2007. Vol. 133(1). P. 65–94.
14. Zarzycka B., Liszewski T., Marzel M. Religion and behavioral procrastination: Mediating effects of locus of control and content of prayer. *Curr Psychol*. 2021. No 1 P. 216–225.