

Sliviaková, Andrea; Klimusová, Helena

Akademická prokrastinace ve vztahu k perfekcionismu

Sborník prací Filozofické fakulty brněnské univerzity. P, Řada psychologická. 2008,
vol. 56, iss. P12, pp. [55]-66

ISBN 978-80-210-4740-2

ISSN 1211-3522

Stable URL (handle): <https://hdl.handle.net/11222.digilib/114386>

Access Date: 16. 02. 2024

Version: 20220831

Terms of use: Digital Library of the Faculty of Arts, Masaryk University provides access to digitized documents strictly for personal use, unless otherwise specified.

ANDREA SLIVIAKOVÁ – HELENA KLIMUSOVÁ

AKADEMICKÁ PROKRASTINACE VE VZTAHU K PERFEKCIONISMU

Souhrn: Cílem předkládaného příspěvku je nahlédnutí do problematiky prokrastinace – nelogického, zároveň však záměrného odkládání plánované činnosti na později. V návaznosti na četné zahraniční studie je prokrastinace vnímána jako poměrně stabilní a spíše nežádoucí rys osobnosti. Prokrastinace akademická (tj. týkající se studentské populace) je představena jako její samostatný typ. Jsou uvedeny výsledky výzkumu zaměřeného na možný vztah akademické prokrastinace k perfekcionismu. Výzkumný soubor tvořilo 160 studentů VŠ (75,6% žen a 24,4% mužů; průměrný věk 22,99 let), kteří vyplnili Škálu prokrastinace pro studenty (Lay, 1986) a Multidimenzionální škálu perfekcionismu (Frost et al., 1990). Z výsledků vyplývá, že vztah mezi prokrastinací a perfekcionismem se týká jen některých faktorů a dimenzí obou konstruktů.

Klíčová slova: prokrastinace, akademická prokrastinace, perfekcionismus, vysokoškolští studenti, korelační studie

Úvod

Problematika *prokrastinace*, tedy nelogického, avšak záměrného odkládání plánované činnosti, si za poslední roky rychle nachází cestu k českým odborníkům zejména z oblasti psychologie, ale i ekonomie. Většina odborných příspěvků a publikací vnímá prokrastinaci jako stabilní rys osobnosti a nahlíží na něj spíše negativně. Obvykle se tedy hledají možnosti jejího zvládnutí. Možnost chápat prokrastinaci jako přínosnou je připouštěna jen v některých konkrétních případech. Ferrari (1994) například jako *funkční* prokrastinaci popisuje příležitostní odkládání v případech, kdy činnost není prioritou, nebo kdy se vyčkání na další informace jeví jako vhodné. Gabrhelík et al. (2006) rovněž připouštějí pozitivní pohled na prokrastinaci pouze pokud se vyskytuje jen v některých situacích. Jako žádoucí formu chování chápou prokrastinaci ve dvou významech: jednak ve smyslu vyvarování se ukvapeného jednání a jednak jako součást tvořivého procesu. Mnoho autorů (např. Lay, 1995, Schouwenburg, 1992) proto rozlišuje mezi situační, či doménově specifickou prokrastinací a prokrastinací chronickou, zasahující do většího množství oblastí osobního a(nebo) společenského života. Jedná se přitom o dva konce kontinua (Knaus, 2000). Většina výzkumů se zaměřuje na prokrastinaci chronickou.

Vzhledem ke komplikovanosti rysu se setkáváme s dalšími členěními na různé typy. Zde panuje mezi autory doposud značná nejednotnost, především co se týče vymezení kritéria. Všeobecně přijímaným samostatným typem je prokrastinace *akademická*, týkající se studia. Pro její vysoký výskyt v populaci (srov. např. Solomon a Rothblum, 1984; cit. podle Lee, 2005) je záhodno odlišovat ji od prokrastinace v jiných oblastech. Od všeobecné, chronické prokrastinace ji navíc odlišuje i silnější situační podmíněnost. Za její primární motivy jsou považovány strach ze selhání a nepřitažlivost, nudnost nebo náročnost úkolu (Milgram et al., 1995) a nízké sebevědomí (Owens a Newbegin, 2000). Zdrojem může být i aktivní vyhýbání se nepřijemnému úkolu, až do chvíle, kdy již nezbývá čas na jeho splnění (Schouwenburg, 1995). Dopad na studium je výrazně negativní: např. Jackson et al. (2003) uvádějí, že prokrastinace ohrožuje studijní výkony a negativně ovlivňuje studijní průměr studentů. Na tento typ prokrastinace je zaměřena předkládaná studie.

V našem výzkumu jsme se rozhodli prozkoumat možný vztah mezi akademickou prokrastinací a perfekcionismem. Ten je dnes chápán jako poměrně stabilní rys osobnosti, jehož podstata je multidimenzionální. V definicích je všeobecně kladen důraz na tendence jedince stanovovat si výrazně vyšší osobní standardy (Stöber a Joormann, 2001). Mezi nejčastěji citované autory reprezentující multidimenzionální pohled na perfekcionismus patří Frost, Marten, Lahart a Rosenblate. Autoři uvádějí, že kromě vysokých osobních standardů je pro perfekcionisty typický zvýšený důraz na očekávání rodičů a kritiku z jejich strany, zvýšené zabývání se svými chybami, váhavost v jednání a výraznější organizovanost (Frost et al., 1990; cit. podle Stöber a Joormann, 2001). Zmíněných šest dimenzí pak tvoří i škálu pro měření perfekcionismu, která byla v našem výzkumu použita (viz níže).

V literatuře se velmi často setkáváme s názorem, že prokrastinace pramení právě z velmi vysokých nároků na sebe (Flett et al., 1992). Burka a Yuen (1983, cit. podle Flett et al., 1992) uvádějí, že prokrastinující jedinci mají na sebe nereálné požadavky a vyznačují se mnohými kognitivními charakteristikami obvykle spojovanými s perfekcionismem – např. tendence potvrzovat si důležitost neustálého úspěchu. Pokud jsou však požadavky příliš vysoké, pravděpodobnost úspěchu se snižuje. Prokrastinace by proto mohla být vnímána jako možnost krátkodobého zvládnání strachu ze selhání. Za formu ochrany zranitelného sebevědomí považuje prokrastinaci např. Ferrari (1991, cit. podle Sirois, 2004). Flett et al. (1995) uvádějí možnou spojitost mezi konstrukty v tom smyslu, že perfekcionismus je chápou jako omluvu snížené rychlosti výkonu či jako sebeznevýhodňovací strategii. Dodávají však, že pro potvrzení tohoto názoru je nutný longitudinální výzkum.

Cíl výzkumu

Hlavním cílem našeho výzkumu bylo prozkoumat možný vztah výskytu akademické prokrastinace a perfekcionismu mezi studenty psychologie. Oba konstruk-

ty – prokrastinace i perfekcionismus – byly přitom chápány jako rysy, jejichž vyjádření představuje určité kontinuum, tj. od neprokrastinujícího jedince k prokrastinujícímu a od neperfekcionista k perfekcionistovi. Termínem perfekcionista resp. prokrastinátor však v našem výzkumu nemíníme zařazení do určité diagnostické kategorie.

Metoda

Výzkumný soubor

Výzkumný soubor tvořilo celkem 160 studentů psychologie z Filozofické fakulty a Fakulty sociálních studií Masarykovy univerzity v Brně. Aby výsledky výzkumu nebyly zasaženy povahou studia (zejména co se týče jeho náročnosti), zaměřili jsme se pouze na jeden studijní obor. Ve vzorku bylo celkem 121 (75,6%) žen a 39 (24,4%) mužů. Průměrný věk účastníků šetření byl 22,99 let, nejsilněji zastoupeni byli studenti ve věku 22 let. Věkové rozpětí studentů bylo od 19 do 38 let. Studenti byli vybráni metodou příležitostního výběru, výzkumu se zúčastnili dobrovolně, vyplněním dotazníku v jeho elektronické nebo písemné podobě. Výběr všech studentů nebyl znáhodněn a závisel na ochotě daného studenta zúčastnit se šetření. Dotazník byl anonymní, sběr dat proběhl v březnu 2007.

Použité metody

1. Procrastination Scale for Student Populations (Lay, 1986). Tato sebeusuzovací škála je určena k měření akademické prokrastinace. Obsahuje 20 položek, které tvoří výroky vztahující se k prokrastinačním tendencím ve studiu (např. „Obecně naberu zpoždění před tím, než začnu dělat práci, kterou dělat musím.“). Výroky student hodnotí pomocí pětistupňové Likertovy škály. Deset položek ve škále je skórováných opačně (např. „Obvykle dokončím všechny úkoly, které jsem si na ten den naplánoval/a.“). Vysoký skór představuje prokrastinaci.

2. MPS – Multidimenzional Perfectionism Scale (Frost et al., 1990). Škála měří šest dimenzí perfekcionismu:

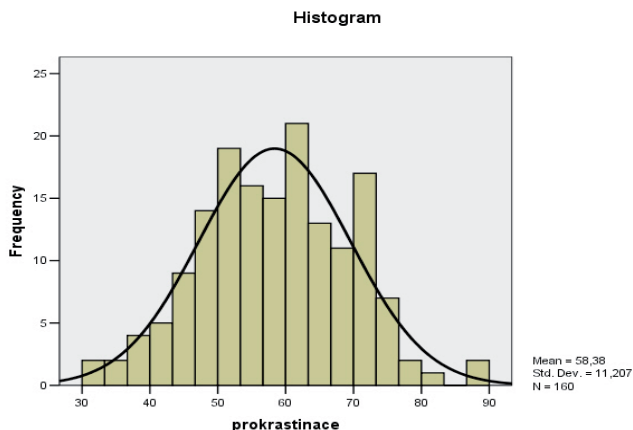
- *Osobní standardy* (personal standards – PS) – tendence vytyčovat si vysoké cíle a hodnotit se v závislosti na jejich naplňování
- *Zájem o chyby* (concern over mistakes – CM) – negativní reakce na vlastní chyby a tendence interpretovat tyto chyby jakožto rovnocenné vlastnímu celkovému selhání
- *Očekávání rodičů* (perceived parental expectations – PE) – tendence věřit, že rodiče mají příliš vysoká očekávání
- *Kritika rodičů* (perceived parental criticism – PC) – tendence jedince věřit, že ho rodiče přehnaně kritizují
- *Váhavost v jednání* (doubts over action – DA) – sklon k pocitům, že vytčené cíle se nedaří s uspokojením naplňovat

- *Organizovanost* (organization – O) – důraz na pořádek a řád ve vlastních věcech. Je jedinou proměnnou, která nekoreluje signifikantně s celkovým skórem. Je však důležitou dimenzí funkčního perfekcionismu. Proto Organizovanost představuje subškálu MPS, není však součástí jeho celkového skóru.

Výsledky

Rozložení míry prokrastinace ve vzorku

Průměrná hodnota celkového skóru byla 58,38, hodnota směrodatné odchylky 11,207. Reliabilita škály byla zjišťována pomocí Cronbachovy alfy, jejíž hodnota dosáhla výše 0,812, což znamená, že test je možné považovat za vysoce vnitřně konzistentní. Rozložení míry prokrastinace ve vzorku bylo přibližně normální (viz graf č. 1).



Graf č. 1: Histogram distribuce prokrastinace ve výzkumném vzorku (osa x = míra prokrastinace; osa y = počet osob)

Dále jsme se blíže zaměřili na položky ze škály a pomocí faktorové analýzy (metodou hlavních komponent s rotací varimax) bylo extrahováno 5 faktorů (viz graf č. 2). Kritériem pro extrakci faktoru byla vlastní hodnota větší než 1. Faktory vysvětlují celkem 55,7% společného rozptylu (blíže viz tabulka č. 1) a byly pojmenovány následovně:

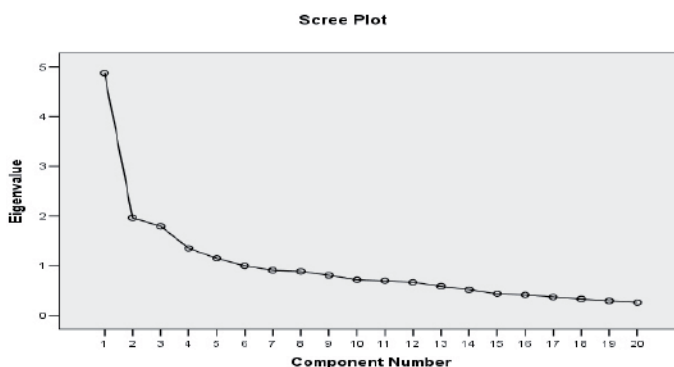
- 1) odklad práce na různých úkolech
- 2) neodkládání interpersonálních záležitostí
- 3) každodenní zpoždování, špatná organizace času
- 4) odkládání osobních záležitostí (zábava, odesílání dopisů)
- 5) okamžité rozhodování

Faktor č. 1 byl sycen položkami, které souvisí především s odkládáním práce na různých úkolech (např. Často se přistihnu při tom, že dělám úkoly, které jsem

zamýšlel/a dělat před několika dny.). Faktor č. 2 se týkal neodkládání, tudíž byl sycen položkami, které jsou skórovány opačně. Šlo především o položky vztahující se k tendenci neodkládat ty činnosti, které souvisí se sociálním kontaktem (např. Obecně odpovídám na zmeškané telefonáty okamžitě.), ale částečně i o položky týkající se tendence vykonávat práci raději hned (Pokud obdržím účet na malý obnos, ihned jej zaplatím.). Třetí faktor se týkal především odkládání nákupů (např. Vždy mi to vychází tak, že dárky na Vánoce nakupuji na poslední chvíli.) i celkově špatné organizace času, která vede ke každodennímu zpoždování (např. Když cestuji, obvykle musím s chystáním pospíchat, abych přijel/a na letiště nebo nádraží v příhodný čas.). Faktor č. 4 byl sycen položkami jako je např. „Často propásnu koncerty, sportovní klání a podobné akce, protože se nedostanu k tomu, abych koupil/a lístky včas“. Znamená to, že se týká odkládání těch záležitostí, které souvisí s koníčky nebo osobním životem respondenta. Patří sem i nedešláání dopisů včas. Poslední faktor byl sycen především opačně skórovanou položkou, týkající se okamžitého rozhodování (Obvykle se rozhoduji jak nejrychleji je to možné.).

Tabulka č. 1: Procento vysvětleného rozptylu pro jednotlivé faktory

| Faktor | % vysvětleného rozptylu |
|---|-------------------------|
| Odklad práce na různých úkolech | 18,57 |
| Neodkládání interpersonálních záležitostí | 11,66 |
| Každodenní zpoždování, špatná organizace času | 11,02 |
| Odkládání osobních záležitostí (zábava, odesílání dopisů) | 7,91 |
| Okamžité rozhodování | 6,50 |



Graf č. 2: Sutinový graf

Rozložení míry perfekcionismu mezi studenty ze vzorku

Ve škále MPS dosahovali studenti z našeho vzorku průměrnou hodnotu celkového skóru 68,71, směrodatná odchylka byla 15,678. Přehled průměrů a směrodatných odchylek pro celkový skór i pro jednotlivé dimenze je uveden v tabulce č. 2.

Tabulka č. 2: Průměr a směrodatná odchylka jednotlivých dimenzí MPS

| Dimenze | Průměr | Směrodat. odchylka | N platných |
|-------------------------|--------|--------------------|------------|
| CM (zájem o chyby) | 19,23 | 6,789 | 160 |
| PS (osobní standardy) | 21,01 | 5,170 | 160 |
| PE (očekávání rodičů) | 11,24 | 4,403 | 160 |
| PC (kritika rodiči) | 7,32 | 3,050 | 160 |
| DA (váhavost v jednání) | 9,91 | 3,294 | 160 |
| O (organizovanost) | 20,59 | 5,103 | 160 |
| TS (celkový skór) | 68,71 | 15,678 | 160 |

Vztah jednotlivých dimenzí MPS k akademické prokrastinaci

Kvůli nenormálnímu rozdělení skóre ve škálách perfekcionismu nebylo možné otestovat závislost všech proměnných MPS najednou jako vícerozměrnou proměnnou na faktoru příslušnosti studenta ke skupině (prokrastinující/neprokrastinující) za pomoci vícerozměrné analýzy rozptylu. Souvislost mezi dosaženým skórem v jednotlivých dimenzích MPS a mírou akademické prokrastinace byla proto zjišťována neparametrickou korelací. Jak je patrné z tabulky č. 3, byla na hladině významnosti $\alpha = 0,01$ zachycena negativní korelace ($R = -0,380$) mezi mírou *organizovanosti* a akademické prokrastinace. Další dvě nalezené korelace byly slabé: na hladině významnosti $\alpha = 0,05$ byla zachycena negativní korelace mezi *osobními standardy* a akademickou prokrastinací ($R = -0,190$) a pozitivní vztah mezi akademickou prokrastinací a *váhavostí v jednání* ($R = 0,180$). Signifikantní vztah mezi celkovým skórem perfekcionismu a akademickou prokrastinací nebyl zachycen.

Tabulka č. 3: Neparametrická korelace prokrastinace a jednotlivých dimenzí MPS, vyjádřeno Spearmanovým koeficientem korelace

| Dimenze | Spearmanův koeficient korelace |
|-------------------------|--------------------------------|
| CM (zájem o chyby) | -,047 |
| PS (osobní standardy) | -,190(*) |
| PE (očekávání rodičů) | ,013 |
| PC (kritika rodiči) | ,058 |
| DA (váhavost v jednání) | ,180(*) |
| O (organizovanost) | -,380(**) |
| TS (celkový skór) | -,009 |

* Korelace je významná na hladině 0,05.

** Korelace je významná na hladině 0.01.

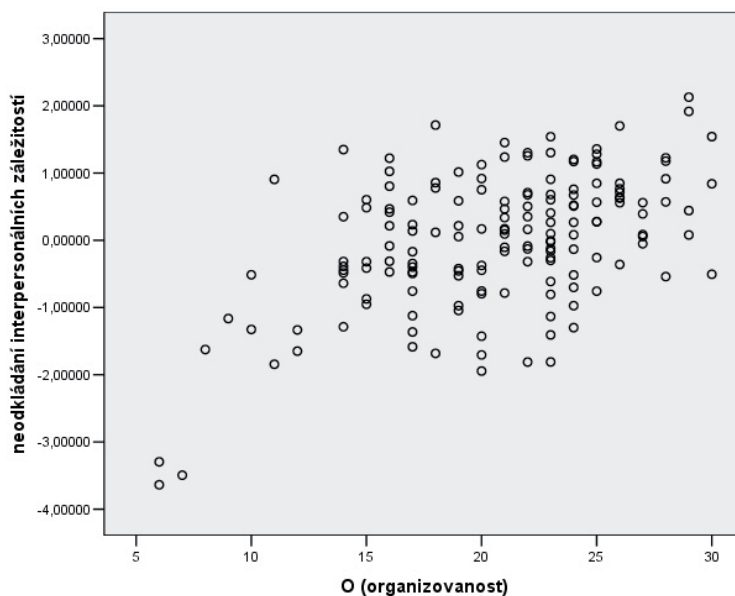
Dále jsme se blíže zaměřili na námi zachycené faktory akademické prokrastinace (odkládání pracovních úkolů, neodkládání interpersonálních záležitostí, odkládání nákupů a každodenní zpoždování se, odkládání osobních záležitostí a rychlé rozhodování) a jejich vztah k jednotlivým dimenzím perfekcionismu. Vzhledem k většímu množství provedených korelací věnujeme pozornost pouze

vztahům zachyceným na hladině významnosti $\alpha = 0,01$. Zachycena byla pozitivní korelace mezi tendencí *neodkládat interpersonální záležitosti* a *osobními standardy* ($R = 0,287$), *celkovým skórem* ($R = 0,222$) a *organizovaností* (tato korelace byla nejsilnější: $R = 0,405$). Faktor *odkládání pracovních úkolů* pak na stejné hladině významnosti pozitivně koreloval s *váhavostí v jednání* ($R = 0,234$). Přehled korelací uvádí Tabulka č. 4. Graf č. 3 znázorňuje nejsilnější zachycenou korelaci mezi organizovaností a tendencí neodkládat interpersonální záležitosti.

Tabulka č. 4: Neparametrická korelace jednotlivých dimenzí MPS a pěti faktorů prokrasinace, vyjádřeno Spearmanovým koeficientem korelace

| Dimenze | Odkládání pracovních úkolů | Neodkládání inter-personálních záležitostí | Odkládání nákupů, každodenní opožďování se | Odkládání osobních záležitostí | Rychlé rozhodování |
|---------|----------------------------|--|--|--------------------------------|--------------------|
| CM | -,007 | ,202(*) | ,039 | ,100 | ,021 |
| PS | -,169(*) | ,287(**) | ,159(*) | ,109 | ,099 |
| PE | ,082 | ,085 | ,121 | -,027 | ,098 |
| PC | ,054 | -,001 | ,083 | ,086 | ,050 |
| DA | ,234(**) | ,166(*) | ,037 | ,171(*) | -,191(*) |
| O | -,163(*) | ,405(**) | -,151 | -,004 | ,057 |
| TS | -,023 | ,222(**) | ,132 | ,158(*) | ,018 |

* Korelace je významná na hladině 0.05. ** Korelace je významná na hladině 0.01.
 CM = zájem o chyby; PS = osobní standardy; PE = očekávání rodičů; PC = kritika rodiči; DA = váhavost v jednání; O = organizovanost; TS = celkový skór.



Graf č. 3: Zachycená kovariance mezi organizovaností a tendencí neodkládat interpersonální záležitosti

Diskuse

Výsledky několika studií (např. Flett et al., 1995) naznačují, že prokrastinace má vztah k perfekcionismu, konkrétně k přesvědčení, že důležití druzí (*significant others*) mají na jedince příliš vysoké požadavky ohledně výkonu. Škála perfekcionismu, která byla v našem výzkumu použita (MPS, Frost et al., 1990) je primárně zaměřená na intrapersonální pojetí perfekcionismu. Měří však i dimenze, které je možné považovat za interpersonální (*očekávání rodičů a kritika rodičů*). Frost et al. (1990, cit. podle Flett et al., 1992) ve svém výzkumu zaznamenali, že frekvence výskytu akademické prokrastinace souvisí se zvýšenou mírou *očekávání rodičů a kritiky rodičů* a naopak se sníženými *osobními standardy*. V našem výzkumu se souvislost mezi akademickou prokrastinací a prvními dvěma dimenzemi nepotvrdila. Byl však zachycen vztah akademické prokrastinace k nižší míře *organizovanosti*, jinými slovy k slabému důrazu na pořádek a řád ve vlastních věcech. Toto zjištění je ve shodě s všeobecným názorem, že prokrastinující jedinci mají, mimo jiné, potíže s organizací času a s plánováním. Námi zachycené vztahy mezi akademickou prokrastinací a sníženými *osobními standardy*, jakož i zvýšenou *váhavostí v jednání*, byly spíše slabé, s nálezy Frosta et al. (ibidem) se tudíž shodují jen částečně. Jinými slovy: u studentů s nižší tendencí vytyčovat si vysoké cíle a hodnotit se v závislosti na jejich naplňování se o něco častěji projevují prokrastinační tendence. Míra prokrastinace u studentů mírně roste rovněž s tendencí k pocitům, že vytčené cíle se nedaří naplňovat.

Za nejdůležitější zjištění předkládaného výzkumu považujeme to, že vztah mezi celkovým skórem perfekcionismu a prokrastinací nebyl nalezen. To by znamenalo, že tyto konstrukty spolu nesouvisí, což je ve značném rozporu s mnoha zjištěními z předešlých výzkumů (např. Flett et al., 1995; Ferrari, 1992). Vzhledem k tomu, že náš nálezy je v menšině oproti zjištění zahraničních autorů, netroufáme si tvrdit, že tyto konstrukty spolu nesouvisí. Je možné, že v našich výsledcích se projeví některé zdroje zkreslení (viz níže). Výsledky mohla také ovlivnit metoda použitá k měření akademické prokrastinace. Nepodařilo se nám, bohužel, zjistit, která škála byla ve výzkumu Frosta et al. (ibidem) použita. Připouštíme možnost, že byla použita jiná škála než PSS (Lay, 1986) a že tento fakt mohl výsledky mírně ovlivnit.

I když to nebylo naším výzkumným cílem, v průběhu vyhodnocování výsledků jsme považovali za vhodné zaměřit se na jednotlivé faktory, které sytí škálu prokrastinace. Bylo odhaleno 5 faktorů, které jsme pojmenovali 1) odklad práce na různých úkolech, 2) neodkládání interpersonálních záležitostí, 3) každodenní zpoždování, špatná organizace času, 4) odkládání osobních záležitostí (zábava, odesílání dopisů) a 5) okamžité rozhodování. Tyto faktory byly brány v úvahu ve vyhodnocování výsledků. V souvislosti s jednotlivými dimenzemi perfekcionismu se ukázalo, že tendenci k *neodkládání interpersonálních záležitostí* mají zejména ti studenti, kteří kladou důraz na pořádek a řád ve svém životě (dimenze *organizovanost*). Studenti, pro které je tato charakteristika typická, si zřejmě plánují své činnosti tak, aby jim zůstal čas i na přátele. Vyšší tendence k neodkládání interperso-

nálních záležitostí se rovněž vyskytují u studentů, kteří jsou spíše perfekcionistačtí (tedy dosáhli vyššího *celkového skóru*) a mají vyšší *osobní standardy* (tedy tendenci vytyčovat si vysoké cíle). Tito studenti se tedy snaží udržovat svou sociální síť. Zajímavým zjištěním bylo rovněž zachycení vztahu *odkládání pracovních úkolů k váhavosti v jednání*. Předpokládali jsme, že tato dimenze má vztah k celkovému skóru prokrasinace. Naše výsledky však naznačují, že tento vztah existuje pouze k jedinému faktoru.

Limitace a možné zdroje zkreslení výsledků

Výsledky našeho výzkumu mohly být ovlivněny zkreslením z různých zdrojů. Zkreslení mohla způsobit především metoda výběru studentů do vzorku: byl použit příležitostný výběr. Výběr studentů do vzorku tedy nebyl znáhodněn. Znamená to, že studenti, kteří vyplnili náš dotazník (zejména jeho elektronickou podobu, které předcházela motivační e-mail, tito studenti tvořili 53% ze vzorku) mohli být právě tou skupinou studentů, kteří se domnívají, že se jich tato problematika nějakým způsobem dotýká. Do našeho výzkumného vzorku se tak mohlo dostat více prokrasinátorů, než jich ve skutečnosti mezi studenty je. Nebo naopak, studenti, které by bylo možno označit jako spíše prokrasinující, odložili vyplnění dotazníku na později a pak se k němu již nedostali, resp. jej vyplnili až v době, kdy už další vyplněné dotazníky nebyly brány v úvahu.

Další zdroj zkreslení vyplývá z použitých metod, které byly pouze sebesposuzovací. Je nesporné, že tento způsob posuzování není zcela objektivní. Ideální by bylo použít i další metody, např. klinický rozhovor.

Za slabší místo předkládaného výzkumu též považujeme skutečnost, že nebyl vztažen k osobnosti. Pokud bychom do výzkumu zařadili i některou metodu na posuzování rozdílů v oblasti struktury osobnosti (např. BRS, Hřebíčková, 1998), získali bychom jistě hlubší pohled do problematiky. Vztahu mezi prokrasinací a jedním z nejpoužívanějších konceptů osobnosti – Big Five (Costa, McRae, 1992, cit. podle Gabrhelík et al., 2006) – byla však v zahraničí věnována četná pozornost, přinášející obvykle konzistentní výsledky. Domníváme se proto, že je možné se o ně opírat: Na základě metaanalýzy 41 studií byla zjištěna významná negativní korelace prokrasinace s faktorem Svědomitost a slabá pozitivní korelace s faktorem Neuroticismus (Van Eerde, 2004, cit. podle Gabrhelík et al., 2006).

Výsledky našeho výzkumu by měly být interpretovány se zřetelem k několika limitacím. Především, náš výzkum se zaměřil na akademickou prokrasinaci. Připouštíme, že v určité části studentů z našeho vzorku se mohlo jednat o chronickou (všeprostupující) prokrasinaci, pro kterou je akademická prokrasinace pouze jednou z konkrétních forem projevu. Nicméně tato část studentů je velmi malá na to, aby byly naše výsledky zobecnitelné i pro jinou populaci, než studentskou. Našeho výzkumu se navíc zúčastnili pouze tři studenti z prvního ročníku (tj. 1,9% z celého vzorku). Doporučujeme proto opatrnou generalizaci na tuto skupinu studentů,

ve které navíc ještě mohou probíhat adaptační mechanismy na studium na vysoké škole.

Další limitaci představuje síla zaznamenaných korelací, která je ve většině případů považována za spíše slabou. A konečně, předkládaný výzkum je korelační studií. Z tohoto důvodu není možné vyvozovat závěry o kauzálních souvislostech.

Závěr

Hlavním zjištěním předkládané práce bylo, že vztah akademické prokrastinace k perfekcionismu je pouze dílčí: vztahuje se jen na některé konkrétní faktory a dimenze konstruktů. Náš výzkum však představuje jen určité nahlédnutí do problematiky prokrastinace v české populaci. Nezodpovězených otázek zůstává mnoho. V dalším výzkumu doporučujeme především vymezení si konkrétní oblasti prokrastinace a zvážení možností metod jejího posuzování. Ideální by bylo spojit metody sebesposuzovací i s jinými metodami, které by poskytly komplexnější zachycení této dnes tak často diskutované, avšak odborníky tak málo zkoumané problematiky.

Literatura:

- Burka, J.B. & Yuen, L.M. (1983). Procrastination: Why you do it and what to do about it. New York: Addison-Wesley. (Cit. podle G. L. Flett, K. R. Blankstein, P. L. Hewitt, & K. Spomenka, (1992), Components of perfectionism and procrastination in college students [Electronic version], *Social Behavior and Personality*, 20(2), 85–94.).
- Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1992). Four ways five factors are basic. *Personality and Individual Differences*, 13, 653–665. (Cit. podle R. Gabrhelík, J. Vacek, M. Miovský, (2006), Prokrastinace: Validizace sebesposuzovací škály na populaci studentů vysokých škol, *Československá psychologie*, 4, 361–371.).
- Ferrari, J. R. (1991). Procrastination and project creation: Choosing easy, nondiagnostic items to avoid self-relevant information. *Journal of Social Behaviour and Personality*, 6(3), 619–628. (Cit. podle F. M. Sirois, (2004), Procrastination and counterfactual thinking: Avoiding what might have been [Electronic version], *The British Journal of Social Psychology*, (43)2, 269–286.).
- Ferrari, J. R. (1992). Procrastinators and perfect behavior: An exploratory factor analysis of self-presentation, self-awareness, and self-handicapping components. *Journal of Research in Personality*, 26, 75–84.
- Ferrari, J. R. (1994). Dysfunctional procrastination and its relationship with self-esteem, interpersonal dependency, and self-defeating behaviors. *Personality and Individual Differences*, 17(5), 673–679.
- Flett, G. L., Blankstein, K. R., Hewitt, P. L., & Spomenka, K. (1992). Components of perfectionism and procrastination in college students [Electronic version]. *Social Behavior and Personality*, 20(2), 85–94.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Martin, T. R. (1995). Dimensions of perfectionism and procrastination. In J.R. Ferrari, J.L. Johnson, & W.G. McCown (Eds.), *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment* (pp. 113–136). New York: Plenum Press.

- Frost, R. O., Marten, P. A., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research, 14*, 449–468. (Cit. podle J. Stöber & J. Joormann, (2001), Worry, procrastination, and perfectionism: Differentiating amount of worry, pathological worry, anxiety, and depression [Electronic version]. *Cognitive Therapy and Research, 25(1)*, 49–60.)
- Frost, R. O., Marten, P. A., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research, 14*, 449–468. (Cit. podle G. L. Flett, K. R. Blankstein, P. L. Hewitt, & K. Spomenka, (1992), Components of perfectionism and procrastination in college students [Electronic version], *Social Behavior and Personality, 20(2)*, 85–94.)
- Gabrhelík, R., Vacek, J., Mioviský, M. (2006). Prokrastinace: Validizace sebeuposuzovací škály na populaci studentů vysokých škol. *Československá psychologie, 4*, 361–371.
- Hřebíčková, M. (1998). Co je to „Big Five“? *Propsy, 4*, 14–16.
- Jackson, T., Weiss, K. E., & Lundquist, J. J. (2003). The impact of hope, procrastination, and social activity on academic performance of Midwestern College students [Electronic version]. *Education, 124(2)*, 310–320.
- Knaus, W. J. (2000). Procrastination, blame, and change [Electronic version]. *Journal of Social Behavior & Personality, 15(5)*, 153–166.
- Lay, C. H. (1995). Trait procrastination, agitation, dejection, and self-discrepancy. In J.R. Ferrari, J.L. Johnson, & W.G. McCown (Eds.), *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment* (pp. 97–112). New York: Plenum Press.
- Lee, E. (2005). The relationship of motivation and flow experience to academic procrastination in university students [Electronic version]. *The Journal of Genetic Psychology, 166(1)*, 5–15.
- Milgram, N., Marshevsky, S., & Sadeh, C. (1995). Correlates of academic procrastination: Discomfort, task aversiveness, and task capability [Electronic version]. *The Journal of Psychology, 129(2)*, 145–155.
- Owens, A. M., & Newbegin, I. (2000). Academic procrastination of adolescents in english and mathematics: Gender and personality variations [Electronic version]. *Journal of Social Behavior & Personality, 15(5)*, 111–124.
- Schouwenburg, H. C. (1992). Procrastinators and fear of failure: an exploration of reasons for procrastination. *European Journal of Personality, 6(3)*, 225–236.
- Schouwenburg, H. C. (1995). Academic procrastination: Theoretical notions, measurement, and research. In J.R. Ferrari, J.L. Johnson, & W.G. McCown (Eds.), *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment* (pp. 71–96). New York: Plenum Press.
- Sirois, F.M. (2004). Procrastination and counterfactual thinking: Avoiding what might have been [Electronic version]. *The British Journal of Social Psychology, (43)2*, 269–286.
- Solomon, L. & Rothblum, E. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology, 31*, 503–509. (Cit. podle E. Lee, (2005), The relationship of motivation and flow experience to academic procrastination in university students [Electronic version], *The Journal of Genetic Psychology, 166(1)*, 5–15.)
- Stöber, J., & Joormann, J. (2001). Worry, procrastination, and perfectionism: Differentiating amount of worry, pathological worry, anxiety, and depression [Electronic version]. *Cognitive Therapy and Research, 25(1)*, 49–60.
- Van Eerde, W. (2004). Procrastination in academic settings and the Big Five model of personality: A meta-analysis. In: H. C. Schouwenburg, C. H. Lay, T. A. Pychyl, & J. R. Ferrari (Eds.), *Counseling the procrastinator in academic settings* (pp. 29–40). Washington, DC: American Psychological Association. (Cit. podle R. Gabrhelík, J. Vacek, M. Mioviský, (2006), Prokrastinace: Validizace sebeuposuzovací škály na populaci studentů vysokých škol, *Československá psychologie, 4*, 361–371.)

ACADEMIC PROCRASTINATION IN RELATION TO PERFECTIONISM

The presented study is aimed at the exploration of the relationship between academic procrastination and perfectionism. Procrastination is defined as an irrational but at once intentional postponement of a planned action. It is usually considered as a relatively stable and rather undesirable personality trait. Academic procrastination (i.e. procrastination among students) is introduced as one type of procrastination. We examined recent findings about procrastination and perfectionism. The research was carried out with the sample of 160 students (75,6% women and 24,4% men; mean age 22,99), who filled up the Procrastination Scale for Student Populations (Lay, 1986) and the Multidimensional Perfectionism Scale (Frost et al., 1990). Our results suggest that the relationship between procrastination and perfectionism is related only to some factors and dimensions of both constructs.

Key words: procrastination, academic procrastination, perfectionism, university students, correlation study