

# FENOMENUL PROCRASTINĂRII ÎN ȘCOALĂ ȘI ECONOMIE ȘI CUM ACESTA POATE SĂ FIE ÎNTRERUPT

**Simion Simion Dănuț** lector superior  
Magistru în psihologie drd.

Universitatea Tehnică a Moldovei

**Abstract:** *O educație de înaltă calitate este mai importantă ca niciodată cu atât mai mult cu cât la nivel mondial concurența pentru locurile de muncă bune și bine plătite a crescut. Statul și evoluția locurilor de muncă depind de cea ce școala produce. Abilitatea tinerilor de a găsi o slujbă determină activitatea economică precum și creșterea calității vieții.*

**Cuvinte cheie:** reziliență, sondaj, identitate, educație, procrastinarea.

Rezultatele unui sondaj *Gallup Student Poll (GSP)* din 2013 efectuat în USA indica date surprinzătoare: 55% dintre studenți / elevi sunt implicați în procesul de învățare, în timp ce 28% nu sunt implicați, mental nu se simt implicați, iar 17% sunt "activ neimplicați" (actively disengaged), au un sentiment negativ față de școală și mai mult ca sigur tind să răspândească acea negativitate; totodată răspunsurile legate de credința elevilor dacă pot să reușescă la școală, sau în afara ei, identifică situații în care 54% dintre studenții intervievați declară că sunt optimiști, în timp ce 32% sunt "blocați" iar 14% se simt descurajați cu privire la viitor. Un alt sondaj Gallup estimează că aproximativ 71% din forța de muncă americană este frustrată și / sau plictisită la locul de muncă, fapt ce afectează productivitatea generală a economiei Statelor Unite.

Factori care pot determina scăderea performanței apar tot timpul în procesul muncii. Plictiseala și scăderea productivității la locul de muncă, într-un moment dat, apar ca un fenomen natural, ori dacă o persoană se află într-o asemenea situație, întrebările logice ar fi: de ce se întâmplă un asemenea lucru?, ce se poate face și cu ce instrumente?... Până la urmă, aceasta poate constitui un prilej simplu și elegant pentru a lua decizii tactice, bune, pentru a clădi o viitoare carieră. *În loc să ne uităm după factorii ce ne cauzează probleme mai bine am începe să căutăm excepțiile.*

Chiar dacă ne place sau nu acest lucru școala și economia sunt legate indisolubil una de cealaltă sau cel puțin ar trebui să fie. Scăparea de sub control sau „neglijența”, uneia în mod natural se reflectă în cealaltă, un sistem de învățământ bun înseamnă o economie bună iar o economie funcțională ar trebui să însemne și un învățământ de calitate.

Sunt zile sau poate chiar luni în care totul pare să meargă așa cum nu te-ai fi așteptat; din rău în mai rău, când ceva la care ai sperat mult că-ți va reuși nu l-ai putut duce la bun sfârșit. Toate aceste situații sunt frustrante, ne fac să ne adresăm întrebări demotivante, a căror răspunsuri ne duc în blocaj; de ce acest lucru mi se întâmplă numai mie, de ce azi, etc.. Dacă asemenea dezacorduri prevalează ajungi să-ți pui la îndoială încrederea în sine, respectul față de propria persoană, abilitățile, chiar și judecata. Și totuși, sunt oameni care indiferent de ce se întâmplă cu ei, chiar dacă în viața lor au avut parte de situații complicate, nereușite sau chiar tragedii, continuă să încerce, pas cu pas, având mereu zâmbetul pe buze și o stare molipsitoare de bună dispoziție.

Acest proces poate fi definit ca *reziliență*, capacitatea unei persoane de a rezista, prin învățare, în mod deliberat sau instinctiv la șocuri; aceștia au capacitatea de a schimba un fapt negativ într-o situație de real succes. Reziliența intră deci în contradicție cu procrastinarea, procrastinare care ne dă multe bătăi de cap prin capacitatea ei de a influența negativ activitățile în derulare. Aceste două procese se află pe piloni diferiți în a duce la bun sfârșit sarcina pusă spre realizare. Lipsa de implicare în procesul de învățare, blocajul, căutarea încă a sinelui, a propriei identități, a locului într-un sistem oricare ar fi acesta, perspectiva sumbră asupra viitorului sau lipsa acesteia, exemple, reieșind din datele sondajului ( în Europa de Est cu siguranță procentajul este și mai mare ) coroborate cu 71% de muncitori, plictisi/ frustrați la locul de muncă, toate acestea au câțiva factori comuni. Unii factori rezidă din percepția culturală asupra lucrului și timpului, alții din alegerile profesionale greșite sau din frica de a face alegeri, din managementul defectuos iar alții țin exclusiv de procrastinare.

Noi, în general, ca ființe umane, facem lucruri cu scopul de a obține ceva pozitiv în urma acțiunilor noastre, să obținem plăcere, să eliminăm durerea, fie sperăm ca prin luarea de măsuri proprii, vom obține rezultatele scontate.

După ce vedem care este rezultatul acțiunilor noastre, răspundem la aceasta cu încredere sau din contră, dacă rezultatele sunt departe de ceea ce am obținut reacționăm cu neîncredere, amânare, evitare sau chiar uitare. Luate separat amânarea și uitarea sunt două procese deloc benefice însă luate împreună ele sunt de-a dreptul distrugătoare.

Amânăm sarcinile deoarece nu avem o stare de spirit plăcută pentru a finaliza proiectele propuse, fixarea pe o sarcină este mult mai complexă decât ne-am fi așteptat și nu identificăm din timp soluțiile ori, aceasta ne face să ne simțim anxioși, vinovați sau de ce nu în unele situații chiar plini de rușine. Percepția noastră negativă cu privire la rezultatele așteptate ne va duce la un mod de acțiune și reacțiune depresiv. Ca să-l putem schimba într-un model de succes, e nevoie în primul rând de a lucra la schimbarea percepției de a anticipa probabilitatea unor potențiale rezultate pozitive, mai degrabă decât cele negative.

În cazul în care ceva nu merge bine, iar aceasta este o capcană în care mulți dintre noi se încadrează, personalizăm evenimentul și credem că rezultatul are legătură întru totul cu noi fără a atrage însă atenția și la determinatele externe. Este posibil ca rezultatul final să nu aibă nimic de-a face cu tine și nu stă în puterea ta să controlezi rezultatele, tot ceea ce tu poți face este să controlezi modul în care răspunzi la eveniment.

În situațiile în care rezultatul nu s-a dovedit ce ai sperat, în loc să amâni sau să renunți, dezvoltă-ți capacitatea anticipativă și utilizează acțiunea ca o experiență de învățare. În loc să ne întrebăm: "De ce nu am ...?" ar trebui să ne spunem: "Ce aș putea să fac mai bine / diferit data viitoare?" Avem tendința de a trece cu vederea lucrurile bune care se întâmplă în viață, concentrarea însă pe aici și acum, pe ceea ce este esențial ne poate face conștienți de avantajele unui lucru bine făcut.

Când o sarcină este complicată întoarcerea la începuturi și reamintirea obiectivelor, ce se încearcă să se realizeze, poate constitui un avantaj. Obiectivele împărțite în bucăți mici, politica pașilor mărunți în locul sarcinilor prea mari, sunt deasemenea eficiente. Uneori, când ești blocat într-o sarcină complexă și nu mai poți vedea cale de ieșire din ea, cere ajutor. Vorbind despre problemă cu un coleg de încredere, poți găsi soluția, chiar dacă ei nu spun nimic, ci doar ascultă.

O situație complicată însă pusă pe hârtie, scrisă poate face ordine în gânduri iar rezultatele nu vor întârzia să apară. Imaginația unor situații de desfășurare anticipative, probabile, constituie o modalitate foarte bună de a atrage gânduri logice. Succesul în realizarea sarcinii cu siguranță nu vine cu ușurință aceasta poate dura ceva timp, cu persistență însă, ea se va realiza, totul ține de atitudine iar soluția este mai mereu în mâinile noastre.

### **În loc de concluzie:**

Dr. Don Clifton, fostul director al companiei de cercetare și consultație Gallup, prin anii 70 atunci când a început să realizeze o serie de sondaje pentru a identifica calitățile pe care ar trebui să le posede un bun dascăl spunea: "Cea mai mare contribuție a noastră este de a fi siguri că există un profesor în fiecare sală de clasă, căruia îi pasă, ca fiecare student, în fiecare zi, învață, se dezvoltă și se simte ca o ființă umană." Iar ceva mai târziu Connie Rath, Ed.D. vice președinte, Gallup Education în cadrul unei cercetări pe probleme de educație în Statele Unite declara la un moment dat: că acea "educație care îi face pe elevi să fie plini de speranță și pregătiți pentru a găsi sau de a crea locuri de muncă bune, nu este un factor important doar pentru viitorul" unei țări, ci „, ar trebui să fie un drept fundamental al fiecărui elev. ”

### **Bibliografie:**

1. <http://thedoomloopblog.com/>
2. <http://scee.groupsites.com/uploads/files/x/000/0a5/e37/Gallup%20Report%20--%20State%20Of%20Americas%20Schools.pdf?1397063851>
3. <http://www.coachamal.com/blog/ramadan-doom-success-loop-challenge.html>