

Česká zemědělská univerzita v Praze

Provozně ekonomická fakulta

Katedra obchodu a financí



Bakalářská práce

**Problematika prokrastinace studentů ČZU u účetních
předmětů**

Šárka Šimunková

© 2018 ČZU v Praze

ČESKÁ ZEMĚDĚLSKÁ UNIVERZITA V PRAZE

Provozně ekonomická fakulta

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Šárka Šimunková

Veřejná správa a regionální rozvoj

Název práce

Problematika prokrastinace studentů ČZU u účetních předmětů

Název anglicky

The Issue of Procrastination of CULS Students in Accounting Subjects

Cíle práce

Cílem práce je zjistit příčiny a míru prokrastinace u studentů studujících účetní předměty na České zemědělské univerzitě a provést vyhodnocení zjištěných dat.

Metodika

Po prostudování a sběru informací z příslušných tištěných i elektronických odborných zdrojů a českých právních předpisů proběhne analýza těchto dat a jejich následné zpracování. Teoretická východiska budou aplikována při sběru dat prostřednictvím dotazníků, která budou následně statisticky vyhodnocena.

Doporučený rozsah práce

30 – 40 stran

Klíčová slova

akademické prostředí, prokrastinace, příčiny prokrastinace, student, účetní předmět

Doporučené zdroje informací

- FERRARI, Joseph R. et al. Procrastination and task avoidance: theory, research, and treatment. New York: Plenum Press, 1995, 268 p. ISBN 03-064-4842-4.
- GABRHELÍK, Roman. Akademická prokrastinace: Ověření sebeposuzovací škály, prevalence a příčiny prokrastinace. Praha, 2008. 145 s. Disertační práce. Masarykova univerzita.
- GRUBER, David. Time management: prokrastinace, konflikty, porady, vyjednávání, emaily, mobily, angličtina. 4. aktualizované a rozšířené vydání. Praha: Management Press, 2017. ISBN 978-80-7261-480-6.
- GRUNOVÁ, Martina. Akademická prokrastinace a její negativní dopady na vysokoškolské studenty. PEDAGOGIKA.SK, roč. 6, 2015, č. 4 [online]. s.261-280. Dostupné z: <http://www.casopispedagogika.sk/rocnik-6/cislo-4/studia-grunova.pdf>
- HENDL, Jan. Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace. Praha: Portál, 2005. 408 s. ISBN 80-7367-040-2.
- HUSÁKOVÁ, Kateřina. Problematika prokrastinace u studentů vysokých škol : bakalářská práce. Brno: Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta, Katedra sociální pedagogiky, 2013. 108 s. Vedoucí bakalářské práce doc. PhDr. Tomáš Čech, Ph.D.
- LUDWIG, Petr. Konec prokrastinace: [jak přestat odkládat a začít žít naplno]. V Brně: Jan Melvil, 2013. Briquet. ISBN 978-80-87270-51-6.
- SLIVIAKOVÁ, Andrea, 2011. Prokrastinace v adolescenci a mladé dospělosti. Brno. Disertační práce. Masarykova univerzita. Vedoucí práce Mgr. Helena Klimusová, Ph.D.
- Varga, Anna P. Time Management, edited by Anna P. Varga, Nova Science Publishers, Inc., 2011. ProQuest Ebook Central, <https://ebookcentral-proquest-com.infozdroje.czu.cz/lib/czup/detail.action?docID=3018831>.
-

Předběžný termín obhajoby

2017/18 LS – PEF

Vedoucí práce

Ing. Ivana Kuchařová, Ph.D.

Garantující pracoviště

Katedra obchodu a financí

Elektronicky schváleno dne 11. 9. 2017

Ing. Helena Čermáková, Ph.D.

Vedoucí katedry

Elektronicky schváleno dne 1. 11. 2017

Ing. Martin Pelikán, Ph.D.

Děkan

V Praze dne 04. 03. 2018

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že svou bakalářskou práci "**Problematika prokrastinace studentů ČZU u účetních předmětů**" jsem vypracovala samostatně pod vedením vedoucí bakalářské práce a s použitím odborné literatury a dalších informačních zdrojů, které jsou citovány v práci a uvedeny v seznamu použitých zdrojů na konci práce. Jako autorka uvedené bakalářské práce dále prohlašuji, že jsem v souvislosti s jejím vytvořením neporušila autorská práva třetích osob.

V Praze dne 15. 3. 2018

Poděkování

Ráda bych touto cestou poděkovala své vedoucí Ing. Ivaně Kuchařové Ph.D. za ochotu kdykoliv pomoci, cenné rady a celkový zájem o mou práci. Velmi děkuji také Ing. Radce Procházkové Ph.D. za nepostradatelnou pomoc při statistickém zpracování dat. Poděkování patří i studentům ČZU, kteří se zúčastnili výzkumu.

Problematika prokrastinace studentů ČZU u účetních předmětů

Abstrakt

Cílem této bakalářské práce je vyhodnotit situaci prokrastinace studentů u předmětů s účetní problematikou na půdě České zemědělské univerzity. V řešení bylo použito kvantitativních metod, data byla získána na základě dotazníkového šetření a zpracována pomocí statistických analýz. Prokrastinace byla zjišťována pomocí sebeposuzovací škály, sestavené ze dvou validizovaných škál pro studenty. Provedený výzkum zjišťuje míru prokrastinace u účetních předmětů na ČZU, porovnává tuto prokrastinaci s obecnou akademickou prokrastinací studentů, zjišťuje také příčiny prokrastinace u účetních předmětů a zabrušuje do tématu podvádění ve vztahu k prokrastinaci. Výsledky této práce umožňují další poznání fenoménu prokrastinace z trochu jiného úhlu. Na základě zjištěných údajů je také možné zahájit další šetření a přispět tak ke zkoumání akademické prokrastinace, která je v dnešní době aktuálním tématem.

Klíčová slova: Akademické prostředí, prokrastinace, příčiny prokrastinace, student, účetní předmět

The Issue of Procrastination of CULS Students in Accounting Subjects

Abstract

The aim of this bachelor thesis is to evaluate the issue of procrastination of Czech University of Life Sciences Prague students in accounting subjects. The quantitative method was used when solving this issue, the data were collected on the basis of a questionnaire and processed by statistical analyses. The level of procrastination was investigated by an introspective scale, which is composed of two validated scales for students. The research performed is interested in the level of procrastination in accounting subjects taught at Czech University of Life Sciences, and compares it to general academic procrastination of students. The research also investigates what are the reasons for procrastination in accounting subjects and is partially concerned with the topic of cheating in terms of procrastination. The results of this bachelor thesis enable further understanding of the phenomenon of procrastination from a different point of view. On the basis of the data collected, it is possible to initiate another investigation and therefore to contribute the research of academic procrastination, which is nowadays a current topic.

Keywords: Academic ambience, procrastination, reasons for procrastination, student, accounting subject

Obsah

| | |
|---|-----------|
| 1 Úvod..... | 11 |
| 2 Cíl práce a metodika | 12 |
| 2.1 Cíl práce | 12 |
| 2.2 Metodika | 12 |
| 3 Teoretická východiska | 13 |
| 3.1 Etymologie slova prokrastinace | 13 |
| 3.2 Vymezení pojmu prokrastinace..... | 13 |
| 3.3 Prokrastinace v minulosti | 15 |
| 3.4 Příčiny prokrastinačního chování..... | 16 |
| 3.5 Formy prokrastinace..... | 18 |
| 3.5.1 Situační a chronická prokrastinace | 18 |
| 3.5.2 Akademická prokrastinace..... | 20 |
| 3.5.3 Aktivní a pasivní prokrastinace | 21 |
| 3.5.4 Vyhybavá, exitační a rozhodovací prokrastinace | 22 |
| 3.5.5 Emocionálně stabilní a emocionálně nestabilní prokrastinující | 23 |
| 3.5.6 Další typologie | 23 |
| 3.6 Metody měření prokrastinace..... | 24 |
| 3.6.1 Kvalitativní a kvantitativní výzkum | 24 |
| 3.6.2 Sebeposuzovací škály akademické prokrastinace..... | 25 |
| 3.7 Time management..... | 26 |
| 3.8 Prokrastinace a podvádění..... | 29 |
| 4 Vlastní práce | 31 |
| 4.1 Použitá sebeposuzovací škála | 31 |
| 4.2 Hypotézy | 32 |
| 4.3 Sběr dat..... | 32 |
| 4.4 Respondenti..... | 33 |
| 4.5 Ověření hypotéz | 35 |
| 4.5.1 Prokrastinace u předmětů s účetní problematikou..... | 35 |
| 4.5.2 Porovnání obecné akademické prokrastinace a prokrastinace v účetnictví..... | 35 |
| 4.5.3 Vliv obtížnosti předmětu na prokrastinaci | 38 |
| 4.6 Další výsledky | 40 |
| 4.6.1 Příčiny prokrastinace u účetních předmětů..... | 40 |
| 4.6.2 Genderové rozdíly v prokrastinaci..... | 42 |
| 4.6.3 Mezifakultní rozdíly v prokrastinaci..... | 45 |
| 4.6.4 Vyhodnocení podvádění | 47 |
| 5 Výsledky a diskuse | 50 |

| | |
|---------------------------------------|-----------|
| 6 Závěr..... | 53 |
| 7 Seznam použitých zdrojů..... | 55 |
| 8 Přílohy | 59 |

Seznam grafů

| | |
|---|----|
| graf č. 1 - Zastoupení jednotlivých fakult ve vzorku respondentů..... | 34 |
| graf č. 2 - Zastoupení respondentů dle pohlaví..... | 34 |
| graf č. 3 - Podíl respondentů v horní a dolní polovině škálových hodnot vyjadřujících prokrastinaci u předmětů s účetní problematikou | 35 |
| graf č. 4 - Podíl respondentů v horní a dolní polovině škálových hodnot vyjadřujících obecnou akademickou prokrastinaci | 36 |
| graf č. 5 - Podíl respondentů v kategoriích znázorňujících míru obecné akademické prokrastinace | 37 |
| graf č. 6 - Podíl respondentů v kategoriích znázorňujících míru prokrastinace u předmětů s účetní problematikou..... | 37 |
| graf č. 7 - porovnání skóru prokrastinace u účetních předmětů a obecné akademické prokrastinace | 38 |
| graf č. 8 - vnímání obtížnosti předmětů s účetní problematikou všemi respondenty | 39 |
| graf č. 9 - vnímání obtížnosti předmětů s účetní problematikou těžkými prokrastinátory .. | 39 |
| graf č. 10 - vnímání zajímavosti předmětů s účetní problematikou všemi respondenty..... | 40 |
| graf č. 11 - vnímání zajímavosti předmětů s účetní problematikou těžkými prokrastinátory | 41 |
| graf č. 12 - vnímání užitečnosti předmětů s účetní problematikou všemi respondenty..... | 42 |
| graf č. 13 - vnímání užitečnosti předmětů s účetní problematikou těžkými prokrastinátory | 42 |
| Graf č. 14 - Rozdělení mužů a žen do jednotlivých kategorií prokrastinace u účetních předmětů..... | 44 |
| Graf č. 15 - Podíl mužů a žen v kategorii těžkých prokrastinátorů (z hlediska účetnictví) . | 44 |
| Graf č. 16 - Krabicový graf: rozdílnost skóru mužů a žen..... | 45 |
| Graf č. 17 - Krabicový graf: rozdílnost mezi fakultami..... | 46 |
| Graf č. 18 - Četnost podvádění z hlediska obecné akademické prokrastinace | 47 |
| Graf č. 19 - Způsoby podvádění..... | 48 |
| Graf č. 20 - Zařazení respondentů podvádějících častěji než 3x za semestr do jednotlivých kategorií prokrastinace | 49 |
| Graf č. 21 - Podíl respondentů podvádějících častěji než 3x za semestr v horní a dolní polovině škálových hodnot | 49 |

Seznam tabulek

| | |
|---|----|
| Tabulka č. 1 - Základní popisné charakteristiky - pohlaví..... | 43 |
| Tabulka č. 2 - Základní popisné charakteristiky - fakulty | 46 |

1 Úvod

Téma prokrastinace je stále oblíbenější v tuzemsku i ve světě a je diskutováno stále více odborníky i laiky. V posledních letech se pojem zejména mezi studenty velmi rozšířil a stal se běžně používaným. Nejčastěji je prokrastinace definována jako chorobné odkládání úkolů či rozhodnutí.

Mnoho laiků sice pojem běžně užívá, mnohdy jsou však o tomto fenoménu informováni ve velmi omezeném rozsahu a neuvědomují si, jak významný vliv má prokrastinace na naše životy. Ta se totiž v dnešní uspěchané době paradoxně týká většiny z nás a všichni se již minimálně s nějakou její lehčí formou setkali. Společnost ji vnímá jako jakýsi negativní jev, mnohem méně lidí už ale ví například to, že existuje i tzv. funkční prokrastinace, která je naopak vnímána pozitivně. Bakalářská práce má poskytnout vhled do problému ze všech stran a rozšířit základnu znalostí obyvatelstva o prokrastinaci.

Tato teoretická základna se v České Republice poměrně rychle rozšiřuje, avšak výzkumů je zde i v zahraničí stále velký nedostatek. Práce se zaměřuje na akademickou prokrastinaci, výzkum je přitom zúžen pouze na studenty České zemědělské univerzity a zkoumá konkrétně dysfunkční prokrastinaci u předmětů s účetní problematikou.

Nebyl dohledán žádný výzkum, který by se zabýval prokrastinací u účetních předmětů, a dokonce ani takový, který by zkoumal prokrastinační chování ve spojitosti s jakýmkoliv jiným předmětem. Praktická část této bakalářské práce má přispět k poznání stále ještě z mnoha směrů neprozkoumaného fenoménu prokrastinace.

2 Cíl práce a metodika

2.1 Cíl práce

Hlavním cílem práce je zjištění míry prokrastinace studentů České zemědělské univerzity u účetních předmětů. K tomuto poznání přispěje také porovnání prokrastinace u účetních předmětů s obecnou akademickou prokrastinací studentů ČZU. Dílčím cílem je zjištění příčin prokrastinace u účetních předmětů a identifikace podvádění jako součást prokrastinačního chování, tedy zachycení vztahů mezi odkládáním a podváděním.

2.2 Metodika

V teoretické části bakalářské práce budou na základě studia literatury definovány stěžejní pojmy pro pochopení problematiky prokrastinace a shrnuty dosavadní poznatky o prokrastinačním chování se zaměřením na akademickou prokrastinaci.

V praktické části práce je zjišťována situace prokrastinace v prostředí České zemědělské univerzity, a to u předmětů s účetní problematikou. Z důvodu složitosti a nejednoznačnosti interpretace míry prokrastinace pomocí kvalitativních metod bylo rozhodnuto o použití kvantitativního výzkumu, který byl realizován na základě škálového šetření a dalších doplňujících otázek v dotazníku. Data byla zpracována pomocí statistických analýz provedených v analytickém softwarovém programu STATISTICA 12.0 SP3.

Dotazníkové šetření bylo anonymní a jeho distribuce proběhla za pomoci studijních facebookových skupin a školních e-mailů. Dotazník obsahuje dvě Likertovy škály o deseti výrocích s hodnocením na pětibodové stupnici, šest výběrových otázek, jednu výčtovou a jednu otevřenou otázku.

V programu STATISTICA byla pro zpracování a zhodnocení dat použita základní popisná statistika, kontingenční tabulky, Spearmanův chí-kvadrát test, Shapiro-Wilkův test normality, Mann-Whitneyův U test, Leveneův test homogenity rozptylů a jednofaktorová analýza rozptylu.

3 Teoretická východiska

3.1 Etymologie slova prokrastinace

DeSimon (1993, cit. podle Ferrari, Johnson, McCown, 1995) uvedl, že pojem prokrastinace má původ v latině, přesněji v latinském slovesu „*procrastinare*“, které kombinuje příslovce „*pro*“ (vyjadřující pohyb kupředu) a „*crastinus*“ (s významem „patřící k zítřku“). Jednodušeji řečeno prokrastinovat znamená odložit (posunout dopředu) něco na další den. Pojem nelze s úplnou přesností přeložit do českého jazyka pomocí jednoslovného výrazu, aniž by se nezměnil alespoň z části jeho význam. Českými ekvivalenty, avšak o něco významově užšími, mohou být například liknavost, laxnost, lhostejnost, netečnost, zaostalost, nebo zpoždění (Grunová, 2015). Tyto pojmy se v dalším textu mohou vyskytovat, nicméně nevystihují vše, co pojem prokrastinace vyjadřuje, proto bude nejčastěji užíván právě tento výraz. O člověku, který prokrastinuje, je uvažováno jako o prokrastinátorovi.

3.2 Vymezení pojmu prokrastinace

Dosud nevznikla jednotná definice uznávaná všemi významnými odborníky, kteří se tímto tématem zabývají. To je s nejvyšší pravděpodobností dáno skutečností, že „*diagnostika prokrastinace je problematická s ohledem na povahu fenoménu, neboť odkládání je z velké části intraindividuální proces, v rámci kterého se odkládání řídí vnitřními normami každého jedince*“ (Gabrhelík, 2008). Jinými slovy, každý má trochu jiné vnímání toho, kdy je již pozdě, například odevzdání práce den před termínem může být pro někoho pozdní, pro jiného naopak velmi uspokojující (Jančová, 2012). Nejednotnost definic může být také způsobena multidimenzionálním charakterem fenoménu prokrastinace. Z tohoto důvodu lze vnímat v rozdílných definicích různé přístupy, „*které se liší či doplňují podle toho, kterou charakteristiku daného jevu zdůrazňují*“ (Jančová, 2012). Většina autorů se však shoduje v tom, že prokrastinační chování je jev negativní (Holbová, 2010).

Jak vyplývá z lingvistického hlediska, základní část definice je vnímána jako odkládání něčeho na pozdější dobu. Mezi nejznámější lze řadit definici podle Milgrama (1995, cit. podle Ferrari, Johnson, McCown, 1995), který popsal prokrastinaci jako sled chování, jež směřuje k odkladu, týká se nějakého důležitého úkolu, výsledek mnohdy neodpovídá standardu a takové chování vede k emočnímu rozladění. Prokrastinační chování se týká

především nepříjemných povinností (Gabrhelík, 2008). Prokrastinace představuje značný nesoulad mezi původním záměrem a výsledným jednáním, neboli nesoulad intence a akce (Lay, 1994), tedy „*chování, které nesměřuje k původně zamýšlenému cíli*“ (Gabrhelík, 2008). Je to „*liknavost, váhání; sklon odkládat úkoly a povinnosti, zejména z důvodu lehkomyšlnosti či lenosti*“ (Hartl & Hartlová, 2010). Toto váhání je zapříčiněno úzkostí, kterou prokrastinátor cítí při pomyslení na úkol, který si myslí, že nezvládne. Samotná prokrastinace je pak „*mechanismem, kterým se vypořádáváme s úzkostí spojenou s rozhodováním nebo se započítím a dokončením úkolu*“ (Fiore, 2014).

Silver a Sabini (1981) popsali prokrastinátora jako někoho, kdo „*ví, co chce dělat, v určitém smyslu to může dělat, zkouší to dělat, ale zatím to nedělá*“. K prokrastinaci nejčastěji dochází právě v počátečních fázích zamýšleného úkolu (Steel, 2001), tedy nejvíce času zabere váhání před samotným započítím práce. Jak již napověděla definice o nesouladu mezi intencí a akcí, důležitým aspektem při vymezení konceptu prokrastinace je hledisko času. K prokrastinaci dochází, pokud vzniká velká časová prodleva mezi odhodláním či úmyslem začít na něčem pracovat a skutečným zahájením (případně ukončením) práce (Gabrhelík, 2008). Určitě však prokrastinace neznamená nedělat vůbec nic. Prokrastinátoři velice často nahrazují práci na důležitém úkolu za práci méně důležitou, například menší úkol do školy, mytí nádobí, úklid. Tyto osoby jsou tedy velice činnorodé, avšak na úkor onoho důležitého, původně plánovaného úkolu (Schouwenburg, 2005, cit. podle Gabrhelík, 2008).

Ludwig (2013) popsal prokrastinaci jako jakýsi bludný kruh, kdy se jedinec schopen se přemluvit k plnění svých povinností, které by měl, nebo chtěl dělat. Místo toho, aby se věnoval důležitým věcem, které mají smysl, dělá něco nepodstatného, například sledování seriálů, zalévání kyttek, nebo dokonce jí, i když zrovna nemá hlad. Kvůli výčtkám a frustraci z prokrastinačního chování později přichází pocit bezmoci, který opět vede k zahálení.

Definice existuje opravdu mnoho, v souhrnu může být prokrastinace konceptualizována jako chorobné odkládání úkolů (především jejich započítí) na co nejpozdější dobu, přičemž se zpravidla jedná o nepříjemné a zároveň důležité úkoly a prokrastinátor je v závěru ze svého chování rozladěn.

3.3 Prokrastinace v minulosti

„*Prokrastinace má dlouhou historii a krátkou badatelskou minulost*“ (Milgram a Tenne, 2000). Odkazy k pojmu prokrastinace se začínají objevovat kolem roku 1659, a to především v úryvcích literárních děl. V 50. letech minulého století lze pak termín vyhledat v lékařských výzkumech ve smyslu odkládání preventivních opatření a následně pozdních odhalování onemocnění. První dohledatelné publikace o prokrastinaci pochází ze 70. letech 20. století, z psychologického pohledu se na ni zaměřili autoři Albert Ellise a William Knause. Co se týče výzkumu tohoto fenoménu, rozsáhlejší studie prokrastinace ve smyslu pochopení definice a celého fenoménu vznikly teprve v 80. letech 20. století a výzkumnou skupinou byli především studenti. Toto studentské odkládání se označuje jako akademická prokrastinace a již tehdy bylo zaznamenáno, že této cílové skupiny se prokrastinace dotýká nejvíce. Zde je vhodné uvést, že především prokrastinaci na akademické půdě se bude tato práce věnovat. V roce 1995 autoři Ferrari, McCown a Johnson napsali první souhrnnou rozsáhlou vědeckou publikaci, která se věnovala tomuto tématu (Sliviaková, 2011).

Názory vědců se ovšem rozcházejí v pohledu na historii odkládání jako takového, ještě před písemnými zmínkami. Větší skupina autorů (např. Steel, 2001; Knaus, 2000; Ludwig, 2013) zastává názor, že prokrastinace má již velmi dlouhou historii. Knaus (2000) uvedl vznik před více než dvěma miliony let, kdy se naši předkové začínali sdružovat do skupin. Ludwig (2013) tvrdí, že lidé trpí prokrastinací od nepaměti a zmiňuje řeckého básníka a myslitele Hésioda, jež na tuto problematiku upozornil ve staré básni *Práce a dni*, která obsahuje spojení jako *člověk zameškalý* či *člověk odkládavec* - „*Na zítřek se nespolehej, na pozítří neodkládej, neboť člověk zameškalý, stodoly si nenaplní, ani člověk odkládavec, zato pile množí dílo, ale člověk nedodělka, bude tříti bídu s nouzí.*“

Před odkládáním varoval také římský filosof Seneca ve svém citátu „*Zatímco ztrácíme svůj čas váháním a odkládáním, život utiká.*“ Tento citát podle Ludwiga (2013) vyjadřuje hlavní důvod, proč by se měl člověk s prokrastinací naučit bojovat a tvrdí, že „*prokrastinace je jednou z hlavních překážek, která brání v prožití života naplno*“. Dále je

možné objevit lidskou liknavost například v dílech Dějiny peloponéské války¹, Bhagavadgíta², či se o ní dokonce dočíst v bibli³ (Sliviaková, 2011).

Trochu jinak na věc pohlíží Milgram a Tenne (2000), kteří označili prokrastinaci za „nemoc moderní doby“ a jsou zastánci názoru, že prokrastinace má krátkou historii. Podle nich souvisí výskyt prokrastinace s industriální revolucí, zejména se objevuje v technologicky vyspělejších zemích vyžadující pevné termíny a plány. Nevyvinuté agrární společnosti, které se řídí dle obecnějších jednotek času, údajně problémy s odkládáním nemají.

Prokrastinace dříve však nebyla vnímána pouze v negativním smyslu. Naopak, často měla neutrální, nebo dokonce pozitivní význam, např. v souvislosti s vyhýbáním se nepotřebné práci či ukvapenému jednání. Negativní přístup převládá cca od poloviny 18. století (doba industriální revoluce) dodnes (Ferrari, Johnson a McCown, 1995).

Mnoho autorů (např. Sliviaková, 2011; Grunová, 2015; Ludwig, 2013) zmiňuje ve svých pracích staré české rčení „*Co můžeš udělat dnes, neodkládej na zítřek*“, které svým způsobem varuje před prokrastinačním chováním. V poslední době je však mnohem populárnější jeho upravená, prokrastinátory (především studenty) velmi oblíbená verze „*Co můžeš udělat dnes, odlož na pozítří, a máš dva volné dny*“. Důkazem toho, že o odkládání přemýšlí lidé už po mnoha století, jsou i další přísloví, ať už s pozitivním nebo negativním náhledem. Jsou to na příklad tyto: „Nečekej, až se tě zima zeptá, co jsi dělal v létě“, „hněv je to jediné, co má smysl odložit na zítřek“, „práce není zajíc, neuteče“, „ráno je moudřejší večera“, či „zítra je také den“. V dnešní době je na rozdíl od minulosti značně rozšířenější přístup k zábavě, a tedy mnohem větší prostor pro prokrastinaci (Sliviaková, 2011).

3.4 Příčiny prokrastinačního chování

Jak již bylo uvedeno, prokrastinace je velice individuální proces a odkládání každého se řídí jeho vnitřními normami, lidé tedy mohou vysvětlit prokrastinaci nejrůznějšími

¹ Thúkydidés, 460 let př. n. l., Dějiny peloponéské války (str. 66): „*A pokud jde o pomalost a váhavost, kterou u nás nejvíc kárají, za ty se nestydíte. Kdybyste pospíchali, skončili byste později, protože byste se pustili do díla nepřipravení.*“

² Bhagavadgíta, jedna z nejvýznamnějších posvátných knih hinduismu

³ Bible, písmo svaté Starého a Nového zákona, Př. 12, 24: „*Pracovitým rukám bude svěřena vláda, zahálčivost však vede k porobě*“

důvody. „*Chroničtí prokrastinátoři si často ospravedlňují své liknavé chování sami před sebou a bývají zběhlí v hledání různých výmluv*“ (Jančová, 2012). Mnoho prokrastinátorů považuje za příčiny svého liknavého chování jejich osobní vlastnosti, např. lenost, nedisciplinovanost či neschopnost organizace času (Grecmanová, 2014). Prokrastinace však nelze zaměňovat s leností, jelikož je evidentní, že prokrastinující jsou často značně aktivní v děláni jiných věcí (Jančová, 2012). „*Nejpočetnější skupinou, která prokrastinuje, jsou pravděpodobně studenti*“ (Ferrari, Johnson a McCown, 1995). Gabrhelík (2008) zmiňuje výzkum Blatta a Quinlanda z roku 1967 týkající se studentů, který došel ke zjištění, že vysoce prokrastinující jedinci mají oproti těm lehce prokrastinujícím zhoršené vnímání času. Jejich výzkum dokonce došel k závěru, že odkládání vysoce prokrastinujících může být důsledkem strachu ze smrti.

Jistou příčinou akademické prokrastinace u vysokoškolských studentů může být celý vysokoškolský systém. Na studenty není vyvíjen tlak ve formě průběžných písemek a pravidelného odevzdávání úkolů tak, jako tomu bylo na základní či střední škole. Zkoušení mnohdy bývá pouze dvakrát do roka a zadávané úkoly mají spíše dlouhodobou povahu, např. seminární práce. Student musí převzít zodpovědnost a sám si přípravu na studium rozvrhnout, toto akademické prostředí tedy přímo vybízí k prokrastinaci (Sliviaková, 2007). Prokrastinační chování převládá u dlouhodobějších úkolů, jelikož nepřináší okamžitou odměnu. Tyto úkoly mají zpravidla náročnější průběh plnění, proto se objevuje tendence upřednostňovat méně hodnotné a bližší cíle (Švajcrová, 2009).

Akademická prokrastinace je často spojována s charakteristikami jako je úzkost, sebedoceňování, strach ze selhání, deprese, nerozhodnost, vzdorovitost a rodičovská kritika (Ferrari et al., 1997). Úzkost je považována za jednu z nejzákladnějších příčin prokrastinace. „*Jakmile ego zachytí varovný signál v podobě úzkosti, dochází ke spuštění adekvátních obranných mechanismů – úkol, který je pro ego ohrožující, zůstává nedokončen*“ (Ferrari, Johnson a McCown, 1995). „*Čím vyšší je pravděpodobnost neúspěchu (skutečného nebo předjímaného), s tím větší pravděpodobností jedinec bude zažívat úzkost, jak se úkol bude blížit. A pokud již pomyslení na úkol vyvolá pocity úzkosti, prokrastinátor se pustí do plnění jiného úkolu, nebo se bude věnovat jiné zábavě*“ (Aitken, 1982).

Na prokrastinační chování lze pohlížet také jako na zvyk, který je výsledkem určité situace zpevňován, a to buď odměnou, nebo absencí trestu (Ferrari, Johnson a McCown, 1995).

Gabrhelík (2008) uvedl pěkný, téměř učebnicový příklad. Ten pojednává o studentovi, který místo studia na zkoušku prokrastinoval, přesto však díky náhodě zkoušku úspěšně složil. Za jeho liknavost nepřichází žádný trest, naopak byl odměněn v podobě složené zkoušky. Tím bylo jeho prokrastinační chování zpevněno.

Řada autorů sdílí názor, že prokrastinace je možným důsledkem perfekcionismu. Pro perfekcionisty jsou typické velmi vysoké nároky a strach z chyb, předem se tak nevědomě odsuzují k neúspěchu. Takového neúspěchu či selhání se přitom obávají ještě mnohem dříve, než nastane samotné započetí práce na daném úkolu. Kvůli tomuto strachu raději nezačínají vůbec a tak dochází k prokrastinaci (Sliviaková, 2007).

Podle Ivanovičové (2008) lidé nejčastěji prokrastinují v souvislosti s úkoly, které vyžadují nadprůměrný výkon, nebo o kterých si myslíme, že je nezvládneme, nebo naopak v souvislosti s úkoly nezajímavými a nudnými. V druhém případě, kdy student k zadané práci nemá vztah, nebo ji považuje za nudnou, nastává nezámerná způsobující odložení na pozdější dobu. To je velmi častým jevem v případech, kdy studenta nebaví obor, který si vybral ke studiu (Grecmanová, 2014). V některých případech je pak motivace ke studiu z důvodu nezájmu tak nízká, že dojde ke změně oboru či úplného zanechání studia na vysoké škole (Lay, 1994).

Passig a Lobo (2010) zmiňují jako možnou příčinu prokrastinace i míru inteligence. Grecmanová (2014) uvádí, že mnoho lidí si o prokrastinátorech myslí, že jsou méně inteligentní nežli ostatní, jelikož neodvedou svou práci tak dobře a rychle jako ostatní, a z tohoto důvodu se úkolům vyhýbají. Zde se přidává protiargument Ludwiga (2013), že prokrastinující jsou vlastně velmi inteligentní lidé, kteří si mohou odkládání dovolit, jelikož věří, že na poslední chvíli zvládnou práci stejně tak dobře, ne-li lépe.

3.5 Formy prokrastinace

3.5.1 Situační a chronická prokrastinace

Často používaným dělením, se kterým souhlasí většina autorů, je dělení na situační prokrastinaci a chronickou prokrastinaci, která se označuje také jako rysová, nebo jako prokrastinační rys. Situační prokrastinace nastává tehdy, odkládá-li jedinec v určité konkrétní situaci úkol na později. Chronická prokrastinace oproti tomu vyjadřuje opakovaný odklad veškeré naplánované činnosti (Husáková, 2013). Tato rysová prokrastinace je pokládána za dysfunkční a nelze na ní pohlížet pozitivně, jelikož se jedná

o běžné a vysoce frekventované odkládání, které zdaleka nepřispívá k úspěchu a má negativní dopad na život prokrastinátora (Slivíaková, 2007). Oproti tomu situační prokrastinaci lze vnímat také jako pozitivní jev. Může jít například o předem uváženou strategii, proč něco prozatím odložit (např. spekulanti na finanční burze), případně se vyvarovat ukvapených rozhodnutí. Dále může být pozitivně vnímána ve smyslu tvořivého procesu či kreativní pauzy, kde „v rámci stádia inkubace problém na vědomé úrovni opouštíme – odkládáme, avšak správné řešení se náhle vynoří“ (Gabrhelík, 2008). Situační prokrastinace ale není pozitivní vždy, může se jednat také o špatně zvolenou strategii, např. upřednostnění jiné zábavy místo učení. Dále se tedy dělí na funkční (pozitivní) a dysfunkční (negativní).

Gabrhelík (2008) se zaměřil na odlišení prokrastinace jako jednorázového aktu a stálého, opakujícího se vzorce jednání a vytvořil příklady ke třem typům jedinců, které rozlišuje Schouwenburg (2005, cit. podle Gabrhelík, 2008) v rámci populace prokrastinátorů následovně:

1. Ti, kteří mají vlivem určité situace sníženou situační prokrastinaci, ale vykazují silný prokrastinační rys. To znamená, že běžně odkládají všechno možné, avšak ve sledovaném úkolu liknavost neprokazovali. Může to být například student, pro kterého je prokrastinační chování běžnou záležitostí, ale jelikož je teprve první týden semestru, neměl ještě pro prokrastinaci prostor.
2. Ti, kteří mají vysokou hodnotu situační prokrastinace a zároveň vykazují silný prokrastinační rys. Takových jedinců se podle Schouwenburga vyskytuje v populaci prokrastinátorů nejvíce. Je to například student, který je pro své prokrastinační „schopnosti“ již známý, nyní se nachází ve zkouškovém měsíci, ale opět se nepoučil a odkládá stále dokola. Den před zkouškou pak pociťuje úzkost a zlobu na sebe samého.
3. Ti, kteří mají vysokou hodnotu situační prokrastinace, i když prokrastinační rys vykazují velmi slabý. To znamená, že ve sledovaném období došlo vlivem určitých okolností k situační prokrastinaci, avšak takovéto chování není pro tyto jedince typické.

Podle zastánců dichotomizace⁴ prokrastinace by měl být pojem „prokrastinace“ používán spíše ve smyslu obecné rysové prokrastinace, která tvoří součást osobnosti, jelikož vyjadřuje charakteristickým způsobem, jak prokrastinátor zvládá plnění úkolů. Pojem situační prokrastinace by pak měl být používán pro vyjádření chování ve specifické situaci, která se děje „ted' a tady“, za určitých okolností, v určitý čas (Gabrhelík, 2008).

3.5.2 Akademická prokrastinace

Za akademickou prokrastinací považujeme tu, která probíhá na akademické půdě. Je pozorována u studentů při nejrůznějších školních povinnostech, např. při plnění úkolů, psaní esejí, seminárních a závěrečných prací, studiu na zkoušky, ale i při registrování předmětů, nebo domlouvání konzultací (Ferrari, 2001).

Od akademické prokrastinace odlišujeme obecnou prokrastinaci, která se týká odkládání běžných činností, v rámci života obecné populace mimo akademické prostředí. Jako příklady lze uvést odkládání návštěvy lékaře, či ještě méně oblíbeného zubaře, odkládání nákupů, nebo pozdní placení účtů. Dříve bylo na prokrastinaci pohlíženo spíše jako na obecný fenomén, před rokem 1995 existovalo jen velmi málo studií zaměřujících se na určitý druh populace (Ferrari, Johnson a McCown, 1995). Později se však ukázalo, že studenti jsou natolik specifická skupina, že došlo k rozdělení na akademickou a obecnou prokrastinaci (Husáková, 2013). Toto dělení dle populace je nyní patrně nejužívanější (Gabrhelík, 2008).

Akademická prokrastinace se nyní těší zdaleka nejvyšší pozornosti, ať již v teoretické oblasti či v rámci výzkumu. Vysokoškolské prostředí vyvíjí zvýšený tlak na včasné plnění studijních povinností a zároveň poskytuje studentům velkou volnost. Tato kombinace vyžadující od studenta zodpovědnost v plánování a organizaci času je hlavní příčinou prokrastinačních tendencí.

Důvodem velkého zájmu badatelů o akademickou prokrastinaci jsou také údaje z výzkumů, které dokazují nejvyšší koncentraci odkládání právě u populace studentů, přičemž nebyl prokázán rozdíl v pohlaví či etnických rozdílech (Ferrari, Johnson a McCown, 1995). Podle Schouwenburga (2004) se odhady prokrastinace u vysokoškoláků pohybují kolem 20 %, podle Solomonové a Rothblumové (1984) kolem 50 % a některé

⁴ dichotomizace – rozdělení (rozdvojení) prokrastinace na situační a rysovou

údaje pojednávají dokonce až o 90 % (Knaus, 2000). Zde se nabízí poznámka, že ze statistického hlediska lze mezi vysokoškolskými studenty považovat prokrastinaci za normu a deviantní chování vykazují ti, kteří neprokrastinují (Gabrhelík, 2003, cit. podle Gabrhelík, 2008). Čím déle studuje jedinec vysokou školu, tím vyšší má tendence prokrastinovat (Aitken, 1982). Výzkumy z jiného než akademického prostředí jsou zatím minimální (Sliviaková, 2011)

3.5.3 Aktivní a pasivní prokrastinace

Chu a Choi (2005) rozlišují prokrastinátory na aktivní a pasivní. Pasivní prokrastinující jsou vnímáni jako liknavci v tradičním slova smyslu, jejichž prokrastinace vychází z neschopnosti se rozhodnout. Oproti tomu aktivní prokrastinátoři jsou schopni rozhodování a plnění úkolů v odpovídajícím časovém rámci (Gabrhelík, 2008). Tato typologie vznikla za účelem změny tradičního negativního pohledu na prokrastinaci a snaží se vytvořit koncept přínosné, tzv. aktivní prokrastinace. Do skupiny pasivních prokrastinátorů spadají jedinci, kteří předem odkládání zamýšlených aktivit neplánovali. Nejsou schopni včasného rozhodnutí a následně ani včasného jednání. Často nezvládnou práci dokončit, pod tlakem blížícího se termínu úkol vzdají, selžou v jeho plnění, či nejsou s výsledkem spokojeni. Aktivní prokrastinující se sami pro prokrastinaci rozhodli a předem ji naplánovali. Chu a Choi (2005) definovali aktivní prokrastinaci jako multidimenzionální konstrukt, který předpokládá následující charakteristiky: preferování časového tlaku, úmyslné rozhodnutí k prokrastinaci, schopnost dostat zadaným termínům a spokojenost s výsledky. Takový jedinec vnímá tlak jako jakousi výzvu, hnací silou je mu přitom pozitivní složka stresu, tzv. eustres. Práce pod tlakem mu na rozdíl od pasivního prokrastinátora nevadí, naopak jej preferuje a vyhledává. Oproti druhé skupině jej také rozhodnutí prokrastinovat vede k včasnému dokončení úkolu, se kterým je navíc spokojen (Sliviaková, 2011).

Sliviaková (2011) shrnula odlišnost aktivních prokrastinátorů od tradičních prokrastinujících ve třech úrovních, a to kognitivní, emocionální a behaviorální. Na úrovni kognitivní dobrovolným rozhodnutím k odkladu, emocionálně z hlediska vnímání tlaku, na úrovni behaviorální se liší schopností splnit plánovanou aktivitu ve stanoveném čase a kvalitě.

3.5.4 Vyhýbavá, exitační a rozhodovací prokrastinace

Ferrari na základě svého výzkumu rozlišil tři subtypy dysfunkční prokrastinace.

Vyhýbavá prokrastinace (avoidant procrastination)

Vyhýbavá prokrastinace je druh ego-obranné strategie, kdy ego chrání jedince před potencionálním selháním. Prokrastinující se zde snaží vyhnout takovým úkolům, které jsou mu nepříjemné, jelikož jejich plnění by mohlo poukázat na jeho slabiny a z odhalení vlastních schopností má strach. Tento druh prokrastinace tedy souvisí s ochranou sebeúcty. Jedinec má obavy z nedokončení úkolu v termínu, nebo z nedostatečného výkonu. Vyhýbavá prokrastinace souvisí s nízkým sebevědomím a straněním se významným poznatkům o sobě samém. Pokud nedojde ke splnění požadavků v daném termínu, připisuje to jedinec spíše nedostatku času, nesoustředěnosti a jiným důvodům, nikoliv nedostatku schopností (Ferrari, 2001).

Exitační prokrastinace (arousal procrastination)

Exitační prokrastinace, taktéž označována jako aktivizující či nabuzující, vyjadřuje situaci, *„kdy nabíráním zpoždění při plnění úkolu jedinec při vyšší hladině stresu domněle dosahuje potřebné efektivity“*. Jedinec vyhledává mezní situace a vzrušení s blížícím se termínem a odkládá na později především nezábavné a nezajímavé úkoly. Nabuzující prokrastinace souvisí s *„vyhledáváním vzrušení, vyhledáváním zkušeností, ztrátou zábran a se sklony k nudě“* (Gabrhelík, 2008). Takový postup práce nemusí vykazovat příliš kvalitní výkony, naopak často dochází k neúspěchu a selhání (Sliviaková, 2011).

Prokrastinace v rozhodování (decisional procrastination)

Rozhodovací prokrastinace, neboli prokrastinace v rozhodování je *„maladaptivní vzorec odkládání rozhodnutí během konfliktů a rozhodování“* (Ferrari, 2001). Jedinec má problém se rozhodnout, místo samotného rozhodnutí se zabývá strategickým a systematickým vyhledáváním velkého objemu informací o všemožných alternativách. Odkládá rozhodnutí na později, tím odkládá i samotné konání. Tento druh odkládání lze vysvětlit jako jakési defenzivní vyhýbání, kdy jedinec žádnou z alternativ řešení nepovažuje za dostatečně uspokojivou a nepředpokládá ani nalezení lepší varianty. Z této nepříjemné situace uniká právě formou prokrastinace (Sliviaková, 2007).

3.5.5 Emocionálně stabilní a emocionálně nestabilní prokrastinující

Schouwenburg (2004) vytvořil typologii podle míry neuroticismu a rozdělil prokrastinátory na emocionálně stabilní a emocionálně nestabilní. Pomocí této typologie se pokusil vysvětlit nejasný výskyt neuroticismu u prokrastinátorů. Rozdělení se zaměřuje především na prokrastinaci v akademickém prostředí, přičemž vyzdvihuje spojení nízké svědomitosti společně s určitou mírou emocionální stability. Autor se při vytvoření této typologie opřel o poznatky z klinické a poradenské praxe i o výsledky výzkumů. Podle něj se velká spousta studentských poradců shoduje na uznání faktoru úzkosti jako jakési proměnné, která se mezi prokrastinátory výrazně vyskytuje. Tento očekávaný vztah však není vždy podložen výzkumem (Schouwenburg, 1995, cit. podle Sliviaková, 2007).

Podle autora může být nedostatek svědomitosti zapříčiněn neschopností organizovat své povinnosti, neefektivním řízením času (nevhodným time managementem), sníženou sebekontrolou a nedisciplinovaností. Dále upozorňuje, že u obou typů lze pozorovat horší studijní výsledky, než jaké by mohly být očekávány vzhledem k jejich schopnostem, právě z důvodu nízké pracovní disciplíny.

Emocionálně nestabilní prokrastinující

Jsou to ti prokrastinující, u kterých lze současně pozorovat sníženou míru svědomitosti a zvýšenou míru neuroticismu. U těchto jedinců se pak projevuje úzkost, obavy z neúspěchu a perfekcionismus. Tento typ právě kvůli svému strachu a úzkostem vyhledává poradenské služby.

Emocionálně stabilní prokrastinující

U emocionálně stabilních prokrastinujících pozorujeme také sníženou míru svědomitosti, avšak normální (ne zvýšenou) míru neuroticismu. U těchto jedinců se většinou pocity úzkosti nevyskytují a podle Schouwenburga (1992) proto pomoc v oblasti poradenství nevyhledávají. Horší akademický výkon je u nich navíc znásoben sníženou potřebou nezdravě perfekcionistického nahlížení na plnění úkolů (Sliviaková, 2011).

3.5.6 Další typologie

Kromě typologií popsaných výše je možné setkat se i s dalším dělením prokrastinace, například Knausovo (2000) dělení na osobní a sociální prokrastinaci, či Ferrariho (1995) optimistická a pesimistická prokrastinace.

Knausova typologie vychází ze směru odkládání. Pokud jedinec odkládá realizaci závazků a slibů vůči ostatním lidem, je řeč o prokrastinaci sociální. Při odkládání realizace závazků vůči sobě pak o prokrastinaci osobní (Sliviaková, 2011). V prvním případě jde například o pozdní příchody na schůzky, neplacení dluhů a poplatků apod. V druhém případě se může jednat o neschopnost dojít si k lékaři, naplánovat si a zvládnout pracovní pohovor, či neustálé odkládání řešení osobního problému (Husáková, 2013). Osobní prokrastinace má přímý dopad na odkládajícího jedince a na jeho život. Může však vzniknout problém, který je způsoben opakovaným odkládáním povinností a osobní forma prokrastinace pak lehce přeroste do sociální. Husáková uvádí příklad, kdy prokrastinátor dlouhou dobu odkládá návštěvu lékaře a postupně se kvůli tomu stává závislý na pomoci druhých, nejčastěji na pomoci rodiny a přátel.

Ferrariho typologie se rozlišuje dle míry přesvědčení jedince, že má ještě naději úspěšně dokončit úkol (Sliviaková, 2007). Prokrastinující optimista odkládá rozhodnutí i povinnosti, není ale vůbec znepokojen tím, že by něco nakonec nestihl. Prokrastinátora pesimistu oproti tomu vlastní liknavost velmi znepokojuje, přesto si však nemůže pomoci (Milgram et al., 1992, cit. podle Gabrhelík, 2008). Toto dělení, stejně jako Knausovo, není příliš uplatňováno ve výzkumech.

Dle nejrůznějších oblastí, kterých se může odkládání týkat, je možné vymezení i dalších typů prokrastinace, například odkládání nákupů, odkládání lékařské pomoci apod. Pro odlišení prokrastinace jako takové od jednotlivě zaměřených specifických typů prokrastinace se využívá pojmu všeobecná prokrastinace a může se týkat kohokoliv v různých životních situacích (Schouwenburg, 1995, cit. podle Sliviaková, 2007).

3.6 Metody měření prokrastinace

3.6.1 Kvalitativní a kvantitativní výzkum

Kvalitativní výzkum je takový, který nevyužívá statistických metod, nebo jiných způsobů kvantifikace (Glaser a Corbinová, 1989, cit. podle Hendl, 2005). V rámci tohoto výzkumu je nutný intenzivní kontakt s terénem či situací, většinou jde přitom o pozorování či rozhovory (Hendl, 2005). Nejčastější kvalitativní metodou pro měření prokrastinace je podle Jančové (2012) polostrukturovaný rozhovor, který umožňuje dokonalejší poznání pocitů a postojů respondenta. Výpověď účastníků je volná, ale výzkumník ji nenápadně

řídí a usměrňuje. Pomocí osobního rozhovoru můžeme získat spoustu cenných, ale za to hůře interpretovatelných informací.

Kvantitativní výzkum sbírá data nejčastěji pomocí testů a dotazníků, které následně analyzuje pomocí statistických metod. Obvykle jsou určeny hypotézy, které se pomocí těchto metod potvrdí či vyvrátí. Na rozdíl od kvalitativního výzkumu poskytuje přesná numerická data, která jsou relativně rychle analyzovatelná. Výhodou je také rychlý sběr odpovědí od velkého množství respondentů (Hendl, 2005). Pro měření prokrastinace se využívají zahraniční sebesposuzovací škály, přičemž existují škály pro měření obecné či akademické prokrastinace. Jelikož se tato práce zaměřuje právě na studenty, bude se následující podkapitola věnovat představení pouze škál pro zjišťování akademické prokrastinace.

Vedle kvalitativního a kvantitativního výzkumu existuje také stále oblíbenější smíšený výzkum, který kombinuje výhody obou metod.

3.6.2 Sebesposuzovací škály akademické prokrastinace

Posuzovací škála prokrastinace pro studenty (PASS)

PASS (Procrastination assesment scale for students; Solomon a Rothblum, 1984) obsahuje 44 položek. 18 z nich se zabývá zjišťováním prevalence akademické prokrastinace v šesti oblastech (psaní písemných úkolů, studium na zkoušky, plnění úkolů souvisejících s četbou zadaných textů, povinnosti v rámci univerzitní administrativy, schůzky a docházka, školní aktivity obecně). Respondent odpovídá na 5 bodové Likertově škále (1 = nikdy, 5 = vždy). Zbývajících 26 položek je zaměřeno na zjišťování příčin akademické prokrastinace (strach z hodnocení, perfekcionismus, potíže při rozhodování, závislost a vyhledávání pomoci, vyhnutí se úkolu a nízká frustrační tolerance, nedostatek sebevědomí, lenost, nedostatek asertivity, strach z neúspěchu, pocity nezvladatelnosti a špatná organizace času, odmítání autority, vyhledávání vzrušení, vliv vrstevníků). Výroky jsou opět hodnoceny na 5 bodové Likertově škále (1 = vůbec nevyjadřuje důvod otálení, 5 = zcela vyjadřuje důvod otálení). Tato škála byla validizována (byla ověřena její platnost) pro českou populaci Gabrhelíkem (2008).

Škála prokrastinace pro studentskou populaci (PSS)

PSS (Procrastination scale for student population; Lay, 1986) je přepracovaná verze škály obecné prokrastinace GP (General procrastination scale; Lay, 1986). Skládá se z 20 položek, 10 z nich je opačně skórováných. Subjekt odpovídá pomocí 5 bodové Likertovy škály, kde 1 znamená, že situace je pro něj velmi netypická, 5 znamená naopak velmi typická. Tato škála byla validizována pro českou populaci Gabrhelíkem (2008).

Aitkenové inventář prokrastinace (AIT)

AIT (Aitken procrastination inventory; Aitken, 1982) je tvořena 19 položkami a to i opačně skóroványými, které respondent posuzuje na 5 bodové stupnici, přitom 1 znamená „nepravda“ a 5 „pravda“. Skóre jednotlivých položek se sečte a zprůměruje. Tato škála byla validizována pro českou populaci Gabrhelíkem (2008).

Tuckmanova škála prokrastinace (TPS)

TPS (Tuckman procrastination scale; Tuckman, 1991) je nástroj o 16 položkách, každá z nich je hodnocena na stupnici 1 (nízký) – 4 (vysoký), někteří autoři položky hodnotí na stupnici 1 (vždy) – 7 (nikdy).

Formulář akademické prokrastinace pro studenty

Formulář akademické prokrastinace pro studenty (Academic procrastination student form; Miligram et al., 1998) postihuje tři kategorie úkolů typických pro akademické prostředí, a to domácí úkoly, testy a eseje. Formulář obsahuje 21 položek, 7 pro každou kategorii, přičemž pět z nich je formulováno pozitivně a dvě negativně směrem k prokrastinaci (Gabrhelík, 2008).

3.7 Time management

S prokrastinací a jejím zvládnutím poměrně úzce souvisí tzv. time management. Studenti často nejsou schopni hospodařit s časem a velkou část svého volného času prokrastinují. Následně toho mají moc a nic nestíhají. Jak již bylo uvedeno, Schouwenburg pomocí své typologie spojuje prokrastinaci s nízkou svědomitostí, která také souvisí s nízkou organizovaností a nedostatkem time managementu. Ten může být užitečný pro ty jedince, kteří na sobě pocítují situační prokrastinaci, tedy nepravidelné liknavé chování (Slivíaková, 2011). Zde je tedy potřeba ujasnit, že v případě time managementu jako

určitém nástroji zvládnání prokrastinace, je zde pojednáno o situační prokrastinaci, nikoliv o prokrastinačním rysu.

Time managementem se rozumí efektivní plánování a využívání času, jakási sada doporučení a postupů, jak hospodařit s časem. Je velmi užitečný pro plánování a organizování práce a odbourávání prokrastinace, jelikož právě při prokrastinaci přichází student o značnou část času, ať už formou nicnedělání, či konání méně důležitých, nebo zbytečných věcí. Čas je přitom to nejcennější co lidé mají, jelikož jej už nikdy nelze vrátit. Úspěch studenta podle Grubera (2017) závisí do určité míry na tom, jak dokáže využít čas potřebný pro příjem informací. „*Je obecně známo, že člověk, který umí správně hospodařit se svým časem je v práci efektivnější, bývá méně ve stresu a zažívá mnohdy větší úspěch v životě než člověk, který si nic neplánuje*“ (Šarmandžijeva, 2017). Sliviaková (2011) ve svém výzkumu zaměřeném na prokrastinaci v období adolescence a mladé dospělosti vysvětlila schopnost studentů podávat kvalitní studijní výsledky mimo jiné narůstajícími zkušenostmi v oblasti time managementu.

Je dokázáno, že velmi užitečné je fixovat si své cíle. Nejvhodnější způsob je písemně, jelikož při pouhé vnitřní myšlenkové formulaci podvědomí nebere myšlenku vážně a později může jedinec klamat sám sebe, že tímto způsobem si své cíle nastavil. Takto poznamenané cíle by měl mít stále na očích (nebo alespoň poznámku, aby se na ně podíval). V případě, že je pak v plnění nějaké části cíle pozadu, konfrontace skutečného a naplánovaného stavu v něm vyvolá negativní emoci, která působí jako hnací síla. Není však vhodné si stanovit příliš vysoký cíl, u kterého je pak mnohokrát větší pravděpodobnost selhání, nebo naopak příliš nízký cíl, pro jehož plnění nám chybí motivace (Gruber, 2017).

Dále je důležité rozdělit si svůj cíl na dílčí kroky. Gruber ve své knize o Time managementu popisuje tzv. fenomén postupnosti. Jelikož se v této práci hovoří především o akademické prokrastinaci, koncept může být vysvětlen například na studentovi, který píše závěrečnou práci. Student cítí, že čas se pomalu krátí a měl by už začít něco dělat, tak si řekne, že musí každý den napsat (popřípadě nastudovat) co nejvíce stránek textu. Ona formulace „co nejvíce“ pak působí jako poměrně silná brzda studentovy aktivity. Bylo by proto mnohem efektivnější, kdyby si určil přesný počet stránek, které chce zvládnout za určitý časový úsek. Příklad se dá přirovnat k běžci dlouhé tratě, který ví, že do cíle mu zbývá posledních 100 metrů, a tak sebere všechny síly a zázračně ožije. Když je ale cíl

v mlze a může být vzdálený pár metrů, ale i pár kilometrů, přichází spíše beznaděj (Gruber, 2017). Tato beznaděj v případě studenta vede k prokrastinaci.

Pro úspěšné hospodaření s časem je velmi důležitá koncentrace. S ní je jakákoliv práce provedena přesněji, s menší chybovostí, při menší únavě a za kratší čas. Koncentrovaná činnost vede ke splnění cílů, opak vede často ke ztroskotání a k prokrastinaci. Gruber připodobnil umění profesionální koncentrace k ovládnutí tvorby množného čísla anglických slovíček, přičemž jde pouze o dvě fáze. První fáze je „pochopit“ a druhá a delší fáze „procvičit, dostat do krve“. Podle něj tedy může být koncentrace jakousi rutinou, které se dá naučit. *„Tak jako vynález parního stroje a dalších strojů zlikvidoval v dějinách lidstva namáhavou dřinu fyzické práce, tak psychovzorec profesionální koncentrace likviduje problém nevydržení, ztroskotávání, prokrastinace“* (Gruber, 2017).

Dalším stavebním kamenem je návyk a pravidelnost. Opět bude použito vysvětlení a příklad Grubera, který se time managementu věnuje již řadu let a velice rád používá k promítnutí svých myšlenek v této oblasti příklady studia angličtiny. Autor vybízí ke srovnání dvou stejně namáhavých činností, a to vyčištění zubů a naučení se pěti nových anglických slovíček. Kdyby měl jedinec v druhé činnosti stejný celoživotní návyk, znamenalo by to deset slovíček denně. Po odečtení víkendů a svátků, a uvážením nutným počtem opakování to vychází zhruba na 500 naučených anglických slovíček za rok. Pokud si dítě čistí zuby od věku pěti let, v tom případě desetileté dítě, stejně dobře vedené ke slovíčkovému návyku jako k zubnímu, má zásobu rodilého Angličana. Hlavní roli zde hraje pravidelnost. Kdyby ale rodiče řekli svému dítěti: „Čisti si zuby kdykoliv budeš mít volnou chvíli, kolikrát denně to půjde, ale nejméně alespoň dvakrát“, výsledek by byl stejně tak tragický jako studium angličtiny věčných začátečníků. Místo toho rodiče zdůraznili pravidelnost každé ráno a každý večer. Tato pravidelnost je k návyku zkrátka nutná (Gruber, 2017).

Ferrari (2001) uvedl několik strategií k odstranění situační prokrastinace, též známých jako „techniky organizace času“, mezi něž patří např. odhadování času, upřednostňování priorit, obstarání nezbytných prostředků, poznámky na viditelném místě, postupování k cíli po dílčích krocích, five minute planner (rozdělení činností na krátké pětiminutové dílčí intervaly), vzory „neprokrastinace“, či převzetí vlastní zodpovědnosti (přestat se vymlouvat). Time management není považován za dlouhodobě účinnou formu zvládnání

prokrastinace, jelikož podstata problému netkví pouze v oblasti behaviorální, ale především v emocionální a kognitivní (Husáková, 2013).

3.8 Prokrastinace a podvádění

Prokrastinace je velmi často uváděna do vztahu s podváděním studentů. Například Ferrari, Johnson a McCown (1995) zjistili, že prokrastinující se mnohem častěji dopouštějí podvádění nebo lhaní. Jeho výzkum týkající se vymyšlení si nepravdivých omluv tvrdí, že studenti použili ve škole až v 70 % případech klamnou omluvu. Zakrývali přitom skutečné příčiny neodevzdávání práce v termínu, neplnění úkolů, neúčast na zkoušce apod., většinou falešnou návštěvou lékaře či neexistujícími zdravotními problémy. Takto úmyslně jednali za účelem zisku většího množství času na učení nebo napsání úkolu (Sliviaková, 2011). Nejčastěji udávanými důvody vedoucí studenty k podvádění jsou nadměrná obtížnost zadaných úkolů, neschopnost učitelů, nebo zmíněný nedostatek času nutný k dokončení všech školních povinností (Brent & Atkisson, 2001, cit. podle Vašáková, 2017)

Vašáková (2017) ve své práci zkoumá prokrastinaci ve vztahu ke specifické formě podvádění – plagiátorství. Vysoká míra odkládání má podle ní i „*vyšší míru ospravedlňování k takovým přečinům vůči etickému kodexu, jakým je i podvádění, resp. plagiátorství*“. Zájem výzkumníků o plagiátorství je dán především rozvojem internetu na konci 20. století, jelikož právě internet mnohokrát usnadnil plagiátorství svým nekonečným zdrojem informací. Rozvoj informačních a komunikačních technologií sice přinesl pro akademické prostředí mnoho výhod, ale také mnoho nevýhod, právě z důvodu usnadněného studentského podvádění. Plagiátorství je nyní jednou z nejrozšířenějších forem podvádění (Vašáková, 2017). Výzkum Vašákové potvrdil pozitivní korelaci prokrastinace a plagiátorství u studentů vysoké školy, tedy prokázal statisticky významnou závislost výskytu plagiátorství na akademické prokrastinaci.

Mareš (2005) mluví o tzv. nevědomém plagiátorství, kdy jedinec neví, že se podvádění dopouští. To je nejčastěji způsobeno nedostatečnou informovaností o citačních normách a nepozorností při psaní vlastního textu, kdy jedinec při přebírání myšlenek druhých neodkazuje na zdroj. Také shrnuje v několika bodech některé příčiny plagiátorství, mezi něž zahrnuje i nedostatečný time management.

Důsledkem prokrastinace nemusí být pouze samotné plagiátorství, ale i podvádění u zkoušek, používání taháků, opisování, lhaní apod. Studenti často odkládají školní

povinnosti na později, zejména pak vysokoškolské studium je charakteristické tím, že nejvíce se toho nahromadí najednou, ať už se blíží termíny odevzdávání seminárních a závěrečných prací, či je nutné začít studovat na zkoušky. V důsledku špatného rozvržení času pak jedinec není schopen stihnout vše, co se od něj vyžaduje, často se proto uchyluje k podvodnému jednání.

Ať už se jedná konkrétně o podvádění, nebo o prokrastinaci jako takovou, velký podíl na zvýšení míry obou problémů má dozajista vývoj v oblasti informačních a komunikačních technologií. Například mobilní telefony, které už má v dnešní době snad opravdu každý, jsou perfektními „žrouty času“ a zároveň velmi častým prostředkem k podvádění u písemných testů a zkoušek. Oproti klasickému papírovému taháku se do něj vejde vše, a ještě lépe se v něm pomocí nástroje vyhledávání orientuje. Internet umožňuje vyhledání veškerých potřebných informací na jednom místě, usnadňuje konání různých školních povinností a rozšířil zmíněný problém plagiátorství. Problematické jsou v tomto ohledu zejména kombinace klávesnicových zkratk `ctrl+c` a `ctrl+v`, díky nimž je kopírování záležitost pár vteřin. Na internetu dokonce existuje nespočet článků či celé internetové stránky s konkrétními tipy a návody, jak podvádět ve škole. Zajímavým a poměrně novým prostředkem je tzv. neviditelné sluchátko, pomocí kterého získá dotyčný podvodník pomoc při testu od přítele na telefonu. Moderní doba také přinesla nekonečné možnosti zábavy, a tak je mnohem větší pravděpodobnost nesoustředění a sklouznutí k prokrastinačnímu chování.

4 Vlastní práce

4.1 Použitá sebesuzovací škála

Míra prokrastinace studentů byla zjišťována pomocí sebesuzovací škály. Ta byla sestavena z otázek ze Škály prokrastinace pro studentskou populaci (PSS; Lay, 1986) a Aitkenové inventáře prokrastinace (AIT; Aitken, 1982), jejichž položky se hodnotí na 5 bodové stupnici. Obě tyto škály společně s Posuzovací škálou prokrastinace pro studenty (PASS; Solomon a Rothblum, 1984) přeložil a validizoval pro českou populaci Gabrhelík (2008). Zároveň byly tyto škály potvrzeny i některými zahraničními autory (např. Ferrari, Johnson a McCown, 1995, Ferrari et al., 2004, Morin a Salmon, 2000, cit. podle Gabrhelík, 2008) jako dostatečně platné a vhodné pro zjišťování akademické prokrastinace. Vytvořenou škálu pro tento výzkum tvoří 10 položek, z nichž pět je pozitivně orientovaných směrem k prokrastinaci (např. „se začátkem práce otálím až do poslední minuty“), pět z nich je negativně orientovaných, a tedy opačně skórovaných (např. „často začínám na úkolu pracovat krátce po jeho zadání“). Byly vybrány takové výroky, které se dají přepracovat na výrok týkající se právě i studia účetních předmětů, což by např. u tvrzení „na schůzky a setkání často chodím pozdě“ nebylo možné.

Vyhodnocování sebesuzovací škály

Respondenti hodnotili jednotlivé položky na 5 bodové stupnici, pro vyjádření souhlasu či nesouhlasu označili situaci popsanou v daném výroku jako „velmi typické“, „spíše typické“, „neutrální“, „spíše netypické“, či „velmi netypické“. Z důvodu obecně známého častého výběru prostředních neutrálních odpovědí bylo uvažováno o rozšíření stupnice, avšak při vyšším počtu možností by mohlo dojít k situaci, kdy se respondenti budou v hodnocení ztrácet, a jejich ochota k dokončení dotazníku bude klesat. Naopak při zúžení možností pro hodnocení výroků by mohlo dojít k pocitu studenta, že nemá dostatek možností a neví, kam své jednání zařadit. Rozsah 10 položek pro škálu byl zvolen pro to, aby byla udržena respondentova pozornost s přihlédnutím na skutečnost, že bude vyplňovat dvě podobné škály, jednu pro zjištění akademické prokrastinace obecně, druhou pro zjištění prokrastinace u účetních předmětů.

Za každou položku bylo možno získat 1-5 bodů. Součtem bodů za všechny položky je získána výsledná hodnota vyjadřující míru prokrastinace, tzv. skór. Pro škálu o 10

položkách je tedy minimum získaného skóru 10, maximum 50. Negativně orientované položky jsou opačně skórovány.

Pro závěrečnou interpretaci získaných skóru byla vytvořena kategorizace prokrastinátorů následovně:

1. Lehčí prokrastinátoři: studenti, kteří skórovali do 25 včetně
2. Střední prokrastinátoři: studenti, kteří skórovali v intervalu 26 až 34
3. Těžcí prokrastinátoři: studenti, kteří skórovali 35 a výše

Tato rozpětí byla určena Gabrhelíkem (2008), přitom hodnoty byly přepočítány pro zúženou škálu použitou v tomto výzkumu. Někteří zahraniční autoři zvolili přísnější kritéria pro vyhodnocování skóru.

4.2 Hypotézy

Pro výzkum byly stanoveny následující hypotézy:

- H1: Více než polovina studentů bude umístěna v horní polovině škálových hodnot prokrastinace u předmětů s účetní problematikou, tedy dosáhnou skóru $P > 30$.
- H2: Prokrastinace studentů u účetních předmětů dosahuje vyšších hodnot, nežli jejich akademická prokrastinace obecně.
- H3: Prokrastinace u účetních předmětů souvisí s obtížností předmětu.

Tyto hypotézy budou potvrzeny či vyvráceny v kapitole 4.5, další výsledky budou interpretovány v kapitole 4.6.

4.3 Sběr dat

Sběr dat proběhl pomocí anonymního dotazníkového šetření. Nejvýraznější součástí dotazníku představuje zjišťování akademické prokrastinace jako takové a akademické prokrastinace v účetnictví prostřednictvím sebesupozovací škály.

První část dotazníku se týká zjištění prokrastinace studentů ČZU u předmětů s účetní problematikou, k čemuž byla využita škála sestavená pro účel tohoto výzkumu, kterou v této části tvořily přepracované otázky. Například původní otázka „se začátkem práce na úkolu otálím tak dlouhou, že jej nestihnu dokončit v termínu“ byla přepracována tak, aby

se dala vztáhnout ke studiu účetnictví, tedy „se začátkem práce na úkolu z účetnictví otálím tak dlouho, že jej nestihnu dokončit v termínu“. Druhou část tvoří sebeposuzovací škála pro zjištění akademické prokrastinace studentů ČZU obecně, neohledě na konkrétní předmět, a obsahuje původní nepřepřacované otázky.

Třetí a poslední část tvoří doplňující a identifikační otázky. Doplňující otázky prošetřují vnímání náročnosti, zajímavosti a užitečnosti předmětu účetnictví studentů ČZU a také skutečnost, jak často a jakou formou studenti podvádějí. Identifikační otázky umístěné na samém konci dotazníkového šetření zjišťují pohlaví a studovanou fakultu.

Online dotazník byl umístěn na sociální síti facebook.com a rozeslán na školní e-mailové adresy.

4.4 Respondenti

Pro účast ve výzkumu musel respondent splňovat současně tato kritéria:

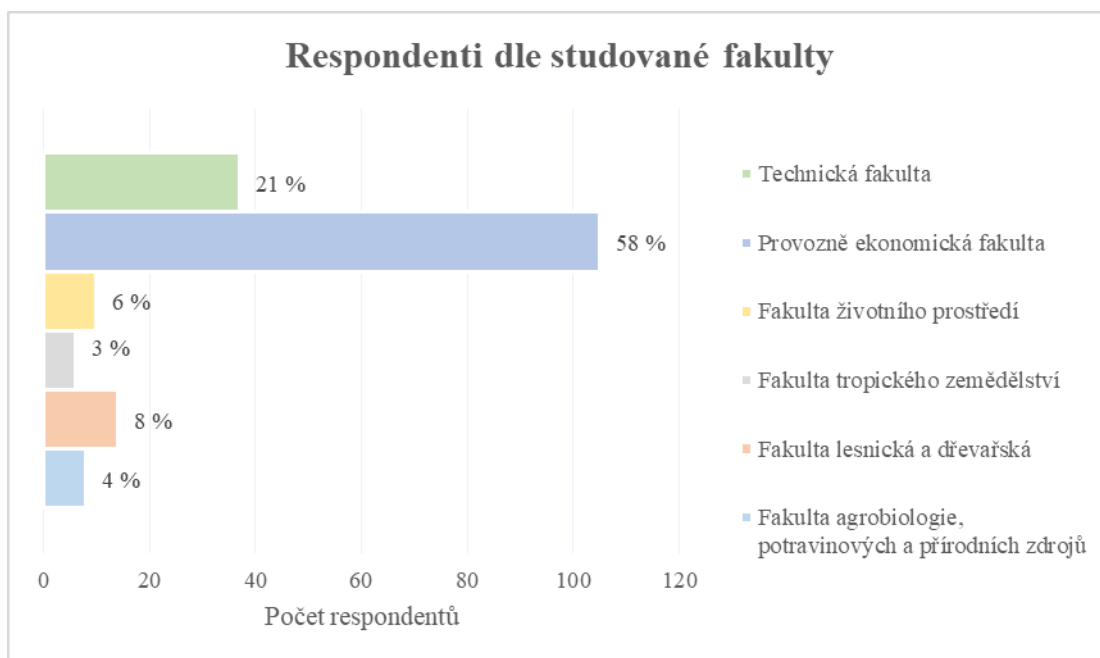
- Student VŠ
- Student České zemědělské univerzity
- Absolvent předmětu s účetní problematikou

Pro přehled jsou zde uvedeny předměty zaměřené na účetnictví vyučované na České zemědělské univerzitě: Účetnictví, Základy účetnictví, Účetní závěrka, Účetnictví pro podnikatele, Účetnictví neziskových organizací, Manažerské účetnictví, Účetnictví podle mezinárodních standardů, Teorie účetnictví, Podnikové účetnictví v dřevozpracujícím a nábytkářském průmyslu, Účetnictví a finanční hospodaření a další předměty s účetní problematikou vyučované v anglickém jazyce.

Podmínky účasti byly součástí průvodního textu dotazníku i prosby o vyplnění při distribuci dotazníků. Bylo získáno 180 úplných a 334 neúplných odpovědí. Do výzkumu byly zařazeny pouze plně dokončené odpovědi.

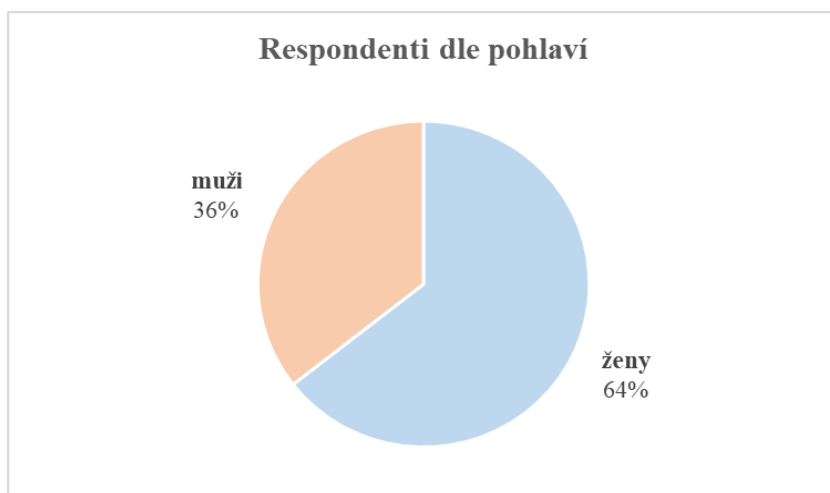
Pro získání co možná nejvíce reprezentativního vzorku byl dotazník distribuován na studijních facebookových skupinách všech fakult. Nejvíce odpovědí bylo získáno od studentů Provozně ekonomické fakulty, a to 105 z celkových 180 (58 %). Jelikož sama na této fakultě studuji, četnost odpovědí může být dána tím, že respondenti jsou mnohem ochotnější pomoci lidem, kteří jsou jim nějakým způsobem blízcí (v tomto případě

studovanou fakultou). Nelze ale opomenout ani fakt, že tuto fakultu navštěvuje nejvíce studentů. Druhou nejpočetnější skupinu tvoří Technická fakulta o 37 respondentech. Dále se zúčastnilo 14 studentů z Fakulty lesnické a dřevařské, 10 z Fakulty životního prostředí, 8 z Fakulty agrobiologie, potravinových a přírodních zdrojů a 6 z Fakulty tropického zemědělství.



graf č. 1 - Zastoupení jednotlivých fakult ve vzorku respondentů

Vzorek je z větší části zastoupen ženami, a to z 64 % (116 žen). Muži tedy tvoří 36 % dotazovaných (64 mužů).



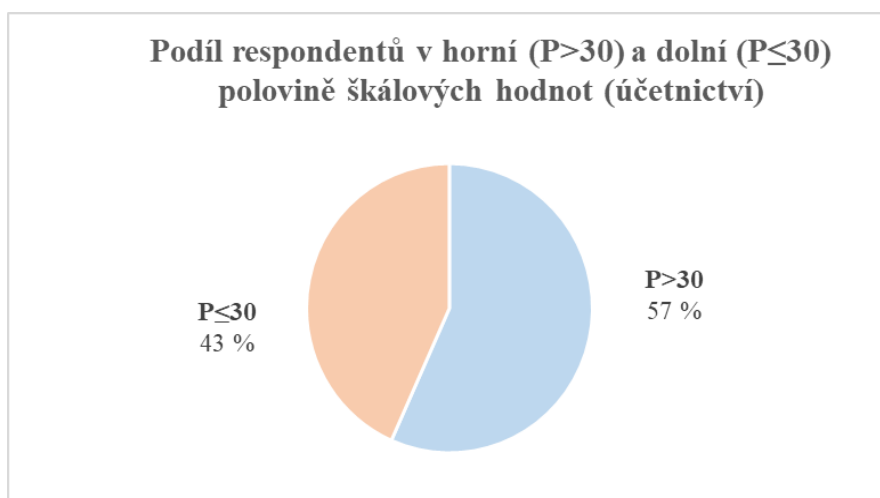
graf č. 2 - Zastoupení respondentů dle pohlaví

4.5 Ověření hypotéz

4.5.1 Prokrastinace u předmětů s účetní problematikou

- H1: Více než polovina studentů bude umístěna v horní polovině škálových hodnot prokrastinace u předmětů s účetní problematikou, tedy dosáhnou skóru $P > 30$.

Byly sečteny skóry respondentů ze sebeposuzovací škály zjišťující prokrastinaci v účetnictví, získat mohli minimálně 10 a maximálně 50 bodů. Studenti průměrně skórovali 31,6. Následující graf popisuje podíl respondentů spadajících do horní (31–50) a dolní (10–30) poloviny škálových hodnot. 57 % respondentů dosáhlo skóru vyššího než 30, a spadají tedy do horní poloviny škálových hodnot. 43 % respondentů dosáhlo skóru do 30 a spadají do dolní poloviny škálových hodnot.



graf č. 3 - Podíl respondentů v horní a dolní polovině škálových hodnot vyjadřujících prokrastinaci u předmětů s účetní problematikou

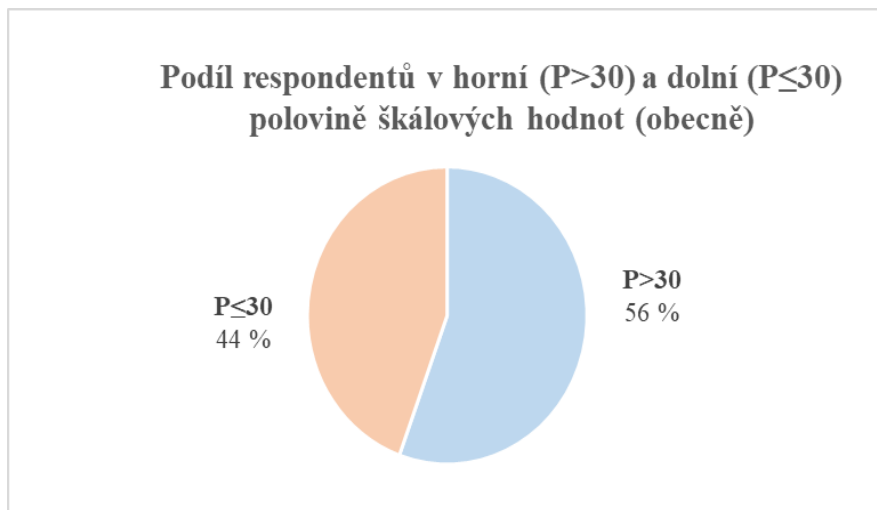
Vyslovená hypotéza H1 „Více než polovina studentů bude umístěna v horní polovině škálových hodnot prokrastinace u předmětů s účetní problematikou, tedy dosáhnou skóru $P > 30$ “ byla potvrzena. To znamená, že většina studentů poměrně hojně prokrastinuje u účetních předmětů.

4.5.2 Porovnání obecné akademické prokrastinace a prokrastinace v účetnictví

- H2: Prokrastinace studentů u účetních předmětů dosahuje vyšších hodnot, nežli jejich akademická prokrastinace obecně.

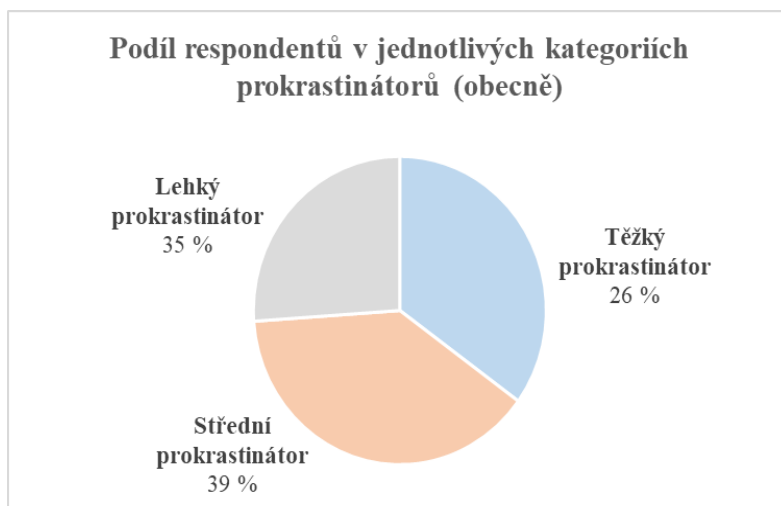
Následující graf představuje procento respondentů, kteří skórovali do 30 (44 %), a těch, kteří skórovali nad 30 (56 %), tentokrát však bez ohledu na konkrétní studovaný předmět.

Po porovnání s podíly respondentů v horní a dolní polovině škálových hodnot vyjadřujících prokrastinaci v účetnictví je zřejmé, že z tohoto ohledu nebyl potvrzen téměř žádný rozdíl. Z hlediska účetnictví je prokrastinátorů v horní polovině o 1 % více, to znamená o 2 respondenty.

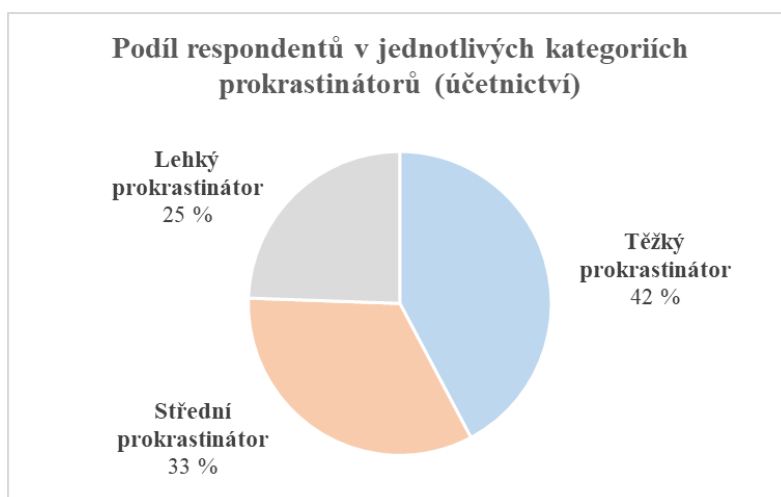


graf č. 4 - Podíl respondentů v horní a dolní polovině škálových hodnot vyjadřujících obecnou akademickou prokrastinaci

Zjišťovány byly také rozdíly z hlediska zařazení respondentů do jednotlivých kategorií prokrastinátorů (lehký, střední, těžký). Rozložení respondentů v těchto kategoriích z hlediska obecné akademické prokrastinace a z hlediska účetnictví graficky znázorňují grafy č. 5 a 6. Obecná akademická prokrastinace zde čítá 26 % těžkých prokrastinátorů, což je o 16 % méně než prokrastinace v účetnictví, kde je těžkých prokrastinátorů 42 %. Podobná tendence se objevila i v kategorii lehký prokrastinátor, kdy z hlediska účetnictví pouze lehce prokrastinuje o 10 % méně respondentů, než z hlediska obecné akademické prokrastinace. Lehkých prokrastinátorů v rámci prokrastinace bez ohledu na předmět je 35 %, v rámci prokrastinace v účetnictví 25 %.

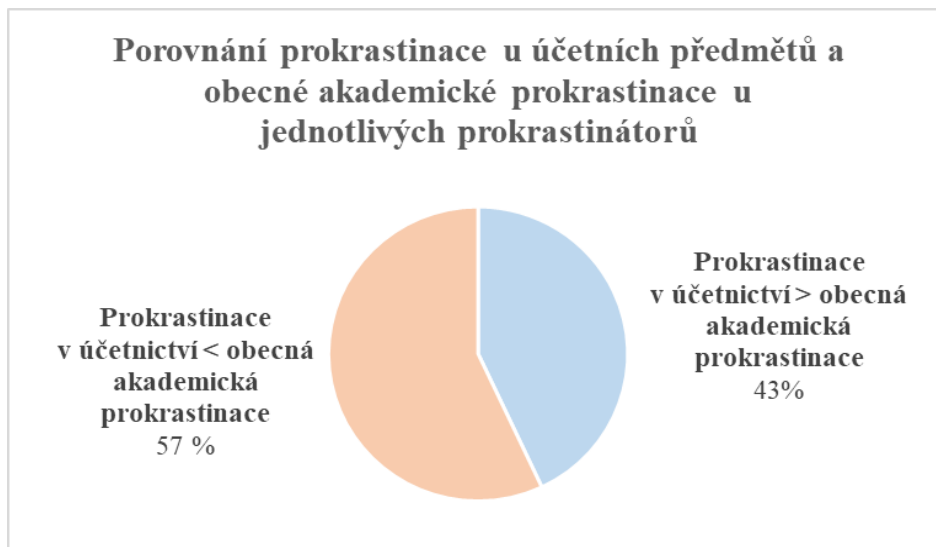


graf č. 5 - Podíl respondentů v kategoriích znázorňujících míru obecné akademické prokrastinace



graf č. 6 - Podíl respondentů v kategoriích znázorňujících míru prokrastinace u předmětů s účetní problematikou

Nakonec bylo zkoumáno, zda jsou skóry prokrastinace v účetnictví jednotlivých respondentů vyšší, než jejich skóry dosažené prokrastinace v akademickém prostředí obecně. Graf č. 7 zobrazuje, kolik procent účastníků výzkumu dosáhlo vyššího či nižšího skóru prokrastinace v účetnictví, nežli skóru prokrastinace bez ohledu na předmět. Z grafu lze pozorovat, že větší část respondentů (57 %) dosahuje v prokrastinaci u účetních předmětů nižších hodnot, nežli v obecné akademické prokrastinaci.



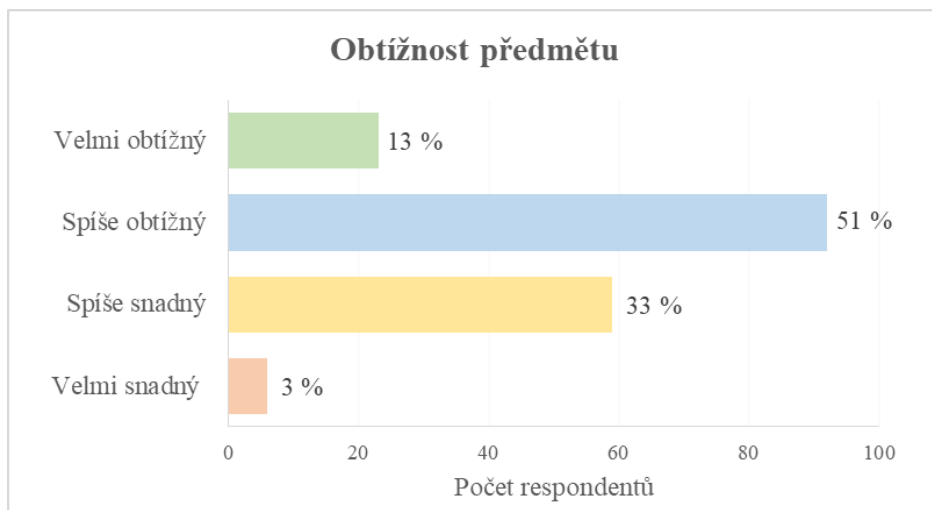
graf č. 7 - porovnání skóru prokrastinace u účetních předmětů a obecné akademické prokrastinace

Hypotéza H2 „Prokrastinace studentů v účetnictví dosahuje vyšších hodnot, nežli jejich akademická prokrastinace obecně“ byla vyvrácena. Lze tedy konstatovat, že studovaný předmět, alespoň v tomto výzkumu, nemá na míru prokrastinace vliv.

4.5.3 Vliv obtížnosti předmětu na prokrastinaci

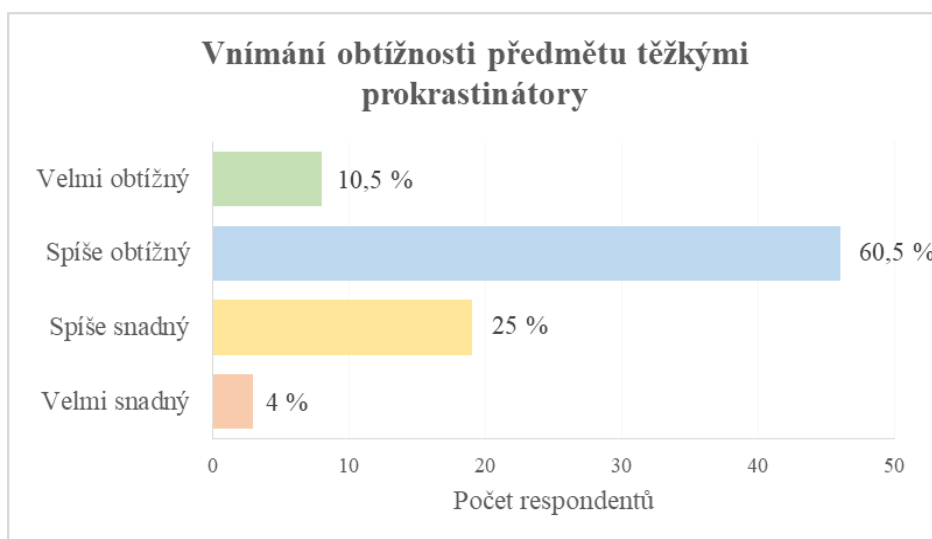
- H3: Prokrastinace u účetních předmětů souvisí s obtížností předmětu.

Bylo zkoumáno, jak respondenti subjektivně vnímají obtížnost předmětu zaměřeného na účetnictví. Více než polovina z nich (51 %) odpovědělo, že předmět je pro ně spíše obtížný. Druhou nejčastější odpovědí je odpověď „spíše snadný“ (33 %), další v pořadí se nejvíce objevuje odpověď „velmi obtížný“ (13 %). Jako „velmi snadný“ označila předmět pouhá 3 %, tzn. 6 respondentů ze 180. Pokud by došlo ke sloučení odpovědí „velmi obtížný“ a „spíše obtížný“ v souhrnnou odpověď „obtížný“ a na stejném principu by vznikla souhrnná odpověď „snadný“, potom 64 % respondentů vnímá předmět zaměřený na účetní problematiku jako obtížný, což jsou téměř dvě třetiny vzorku. Pro zbylou třetinu je předmět snadný.



graf č. 8 - vnímání obtížnosti předmětu s účetní problematikou všemi respondenty

Následující graf popisuje vnímání obtížnosti pouze respondentů spadajících do kategorie těžkých prokrastinátorů. Opět většina respondentů (60,5 %) vnímá předmět jako spíše obtížný. Je zřejmé, že graf nezobrazuje žádné mimořádné hodnoty oproti celkovému vzorku respondentů a rozložení odpovědí je přibližně stejné. Již v této fázi lze předpokládat, že hypotéza č. 3 o vlivu obtížnosti předmětu na prokrastinaci bude vyvrácena.



graf č. 9 - vnímání obtížnosti předmětu s účetní problematikou těžkými prokrastinátory

Finální testování bylo provedeno za využití statistické analýzy, konkrétně Pearsonova chí-kvadrát testu nezávislosti. Pomocí kontingenčních tabulek byly ověřeny předpoklady pro použití Pearsonova chí-kvadrát testu. Test nezávislosti byl proveden na hladině významnosti $\alpha = 0,05$. Zjišťována byla konkrétně závislost míry prokrastinace u účetních

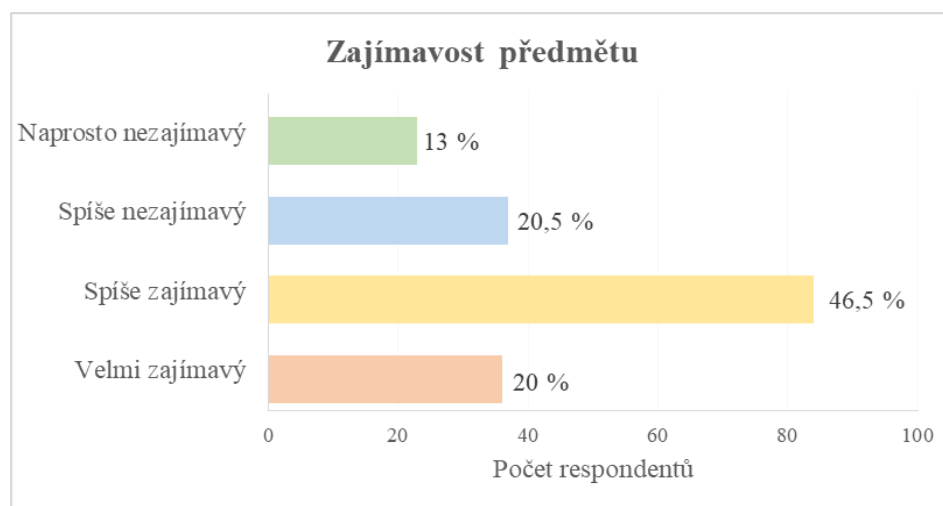
předmětů v podobě jednotlivých kategorií lehký až těžký prokrastinátor na vnímání obtížnosti předmětu na stupnici 1 (velmi snadný) až 4 (velmi obtížný).

Hodnota $p = 0,26$, tedy je vyšší než kritická hodnota $\alpha = 0,05$. To znamená, že chí-kvadrát test potvrdil nezávislost popsaného vztahu a zamítl námi položenou hypotézu. Hypotéza H3 „Prokrastinace v účetnictví souvisí s obtížností předmětu“ byla vyvrácena. Obtížnost předmětu zaměřeného na účetnictví nemá vliv na prokrastinaci u tohoto předmětu.

4.6 Další výsledky

4.6.1 Příčiny prokrastinace u účetních předmětů

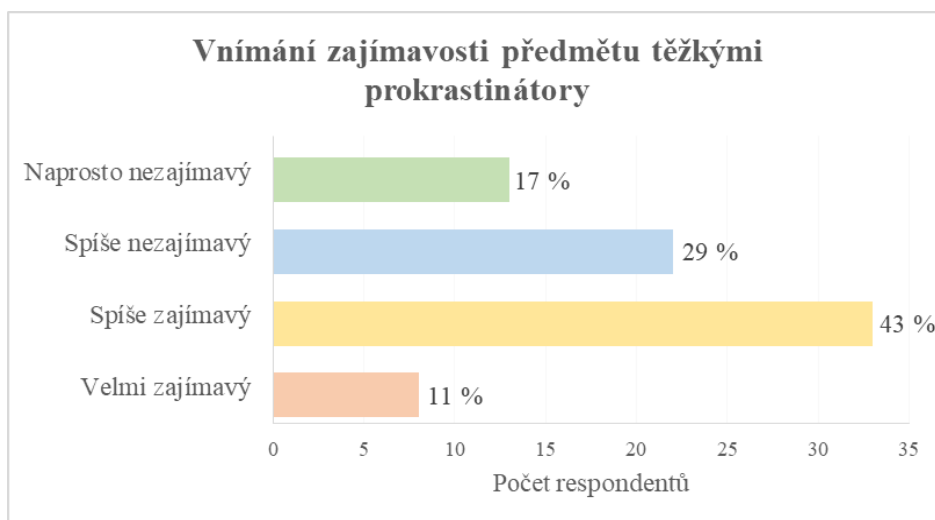
V předchozí kapitole byl zkoumán vliv obtížnosti předmětu na prokrastinaci u účetních předmětů. Dalšími příčinami ale mohou být například zajímavost či užitečnost (nebo spíše nezajímavost a neužitečnost) předmětu, na které byli respondenti také dotazováni. Následující graf popisuje, jak je pro dotazované studenty předmět zajímavý. Téměř polovina z nich (46,5 %) uvedla, že předmět shledávají jako spíše zajímavý. Odpovědi „velmi zajímavý“ a „spíše nezajímavý“ mají přibližně stejný počet zastánců (20 % a 20,5 %). Nejméně respondentů (13 %) uvedlo, že předmět je pro ně naprosto nezajímavý.



graf č. 10 - vnímání zajímavosti předmětů s účetní problematikou všemi respondenty

I zde byly zkoumány zvlášť odpovědi pouze těžkých prokrastinátorů. V tomto případě stoupla četnost výskytu odpovědi „spíše nezajímavý“ o 8,5 % a odpovědi „naprosto nezajímavý“ o 4 %. Naopak u odpovědi „velmi zajímavý“ klesla o 9 %. Také odpověď „spíše zajímavý“ zvolilo o 3,5 % méně respondentů, přestože ji opět vybrala největší část z nich. Lze tedy tvrdit, že těžcí prokrastinátoři nahlízejí na zajímavost předmětu

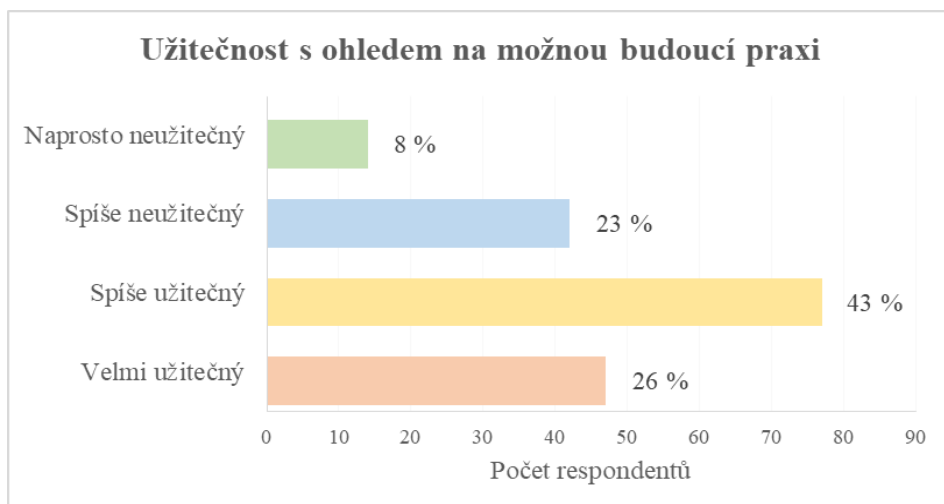
negativněji, nežli celkový vzorek respondentů. Mohl by být proto prokázán statisticky významný vztah mezi zajímavostí předmětu a prokrastinací.



graf č. 11 - vnímání zajímavosti předmětů s účetní problematikou těžkými prokrastinátory

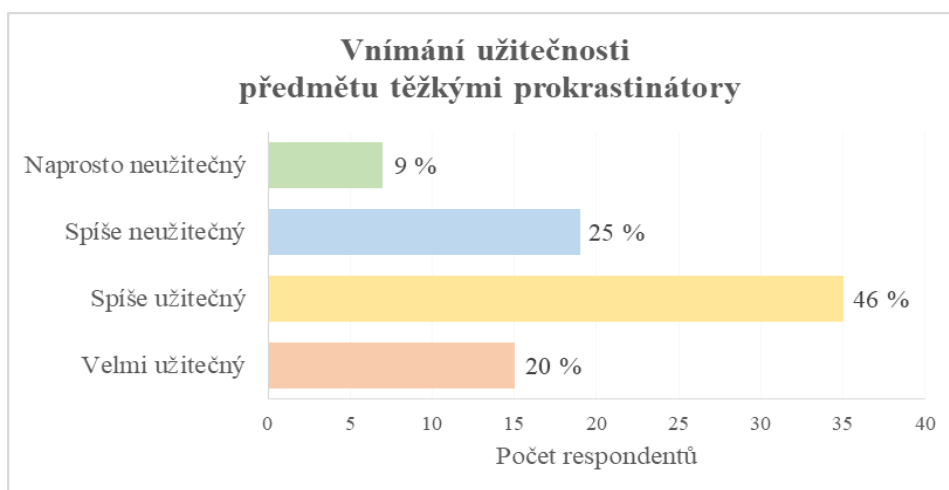
Testování bylo opět provedeno pomocí Pearsonova chí-kvadrát testu na hladině významnosti $\alpha = 0,05$. Hodnota $p = 0,01$, tedy je nižší než kritická hodnota. Byla prokázána statisticky významná závislost míry prokrastinace u účetních předmětů na vnímání zajímavosti tohoto předmětu.

Graf č. 12 zobrazuje odpovědi na otázku užitečnosti předmětu zaměřeného na účetnictví s ohledem na možnou budoucí praxi. Nejčastěji uváděná (43 %) je odpověď „spíše užitečný“, další v pořadí skončila odpověď „velmi užitečný“ (26 %). Pouze o 3 % méně získala odpověď „spíše neužitečný“ (23 %), jako naprostο neužitečný pak vnímá předmět zbylých 8 %.



graf č. 12 - vnímání užitečnosti předmětů s účetní problematikou všemi respondenty

Z pohledu těžkých prokrastinátorů je předmět pouze o něco méně „velmi užitečný“ a o něco více „spíše neúčinný“, jinak ale zůstává rozdělení odpovědí téměř stejné.



graf č. 13 - vnímání užitečnosti předmětů s účetní problematikou těžkými prokrastinátory

Hodnota vypočtená Pearsonova chí-kvadrát testem $p = 0,31$, tedy je vyšší nežli $\alpha = 0,05$. Na hladině významnosti 0,05 nebyla potvrzena závislost míry prokrastinace u účetních předmětů na vnímání užitečnosti předmětu s ohledem na budoucí praxi.

4.6.2 Genderové rozdíly v prokrastinaci

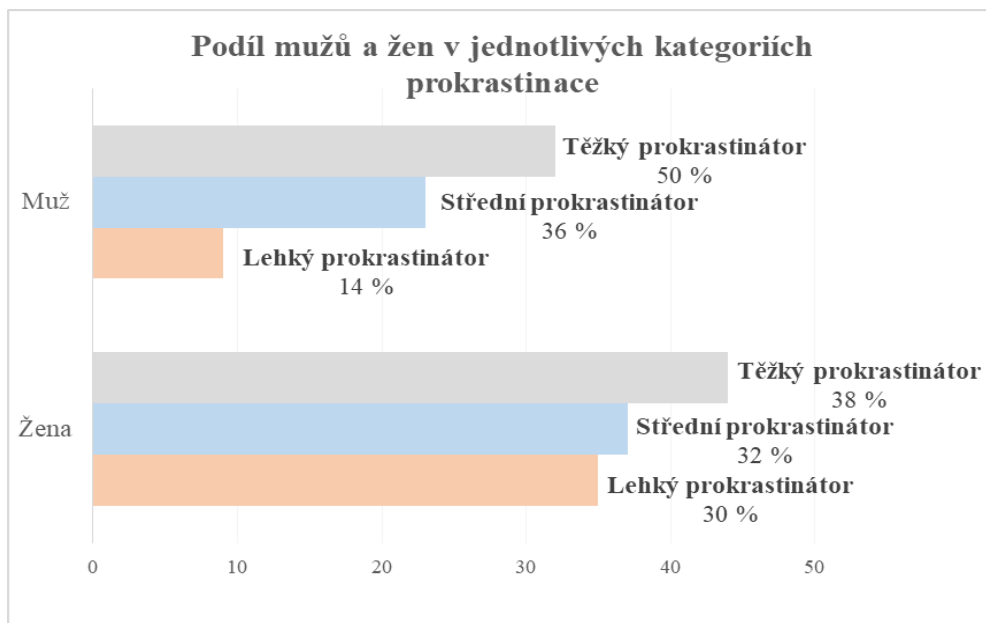
Byly zjišťovány genderové rozdíly v prokrastinaci u účetních předmětů. Následující tabulka uvádí některé základní popisné charakteristiky získaných skóre mužů a žen. Minimální skóre ve skupině mužů je 16, tedy o 2 body vyšší než minimální skóre žen ($P = 14$), nejnižší možný skóre byl přitom 10. Maximální skóre je u obou pohlaví 50 a rovná

se maximálnímu možnému skóru. Muži v průměru skórovali 33,3, ženy 30,7. Rozdíly mezi průměry a mediány jsou zde zanedbatelné, v souborech se nevyskytují žádné extrémní hodnoty, což je očekávatelné vzhledem k dané horní a dolní hranici skóru. Směrodatná odchylka činí u mužů 7,4 a u žen 8,9, hodnoty skóre žen jsou o něco více rozptýleny od středu.

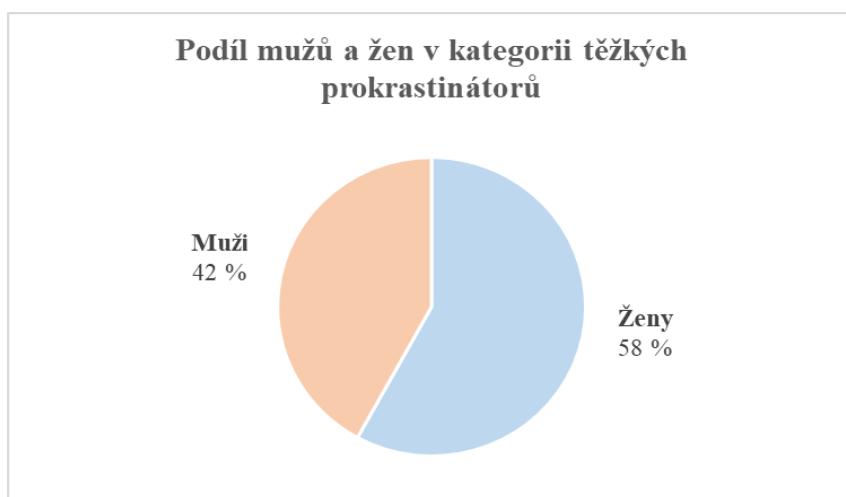
| | Minimum | Maximum | Průměr | Medián | Sm. odchylka |
|-------------|---------|---------|--------|--------|--------------|
| Muži | 16 | 50 | 33,3 | 34,5 | 7,4 |
| Ženy | 14 | 50 | 30,7 | 31,5 | 8,9 |

Tabulka č. 1 - Základní popisné charakteristiky - pohlaví

Graf č. 14 je grafickým znázorněním rozložení obou pohlaví do jednotlivých kategorií prokrastinace. Z grafu lze usuzovat, že rozdělení žen do kategorií je rovnoměrnější, nežli u mužů. Graf č. 15 zobrazuje podíly obou pohlaví v kategorii těžkých prokrastinátorů. Pokud by byl zhodnocen pouze graf č. 15, mohlo by dojít k mylnému závěru, že těžce prokrastinují více ženy, jelikož tvoří 58 % těžkých prokrastinátorů, zbylých 42 % tvoří muži. Tyto podíly však přibližně odpovídají rozložení pohlaví v celkovém vzorku respondentů (graf č. 2), jelikož téměř 2/3 z nich tvoří právě ženy. Z grafu č. 14 je přitom patrné, že ve své vlastní skupině muži spadají z 50 % do kategorie těžcí prokrastinátoři, zatímco ženy pouze z 38 %. Z procentního rozložení je také možno usuzovat, že muži prokrastinují u předmětů s účetní problematikou více než ženy, například proto, že ve skupině žen tvoří kategorii lehčí prokrastinátoři téměř jedna třetina respondentek (30 %), zatímco ve skupině mužů pouze 14 %. Nelze však vyvrátit fakt, že v obou skupinách zůstává kategorie těžcí prokrastinátoři nejpočetněji zastoupená.

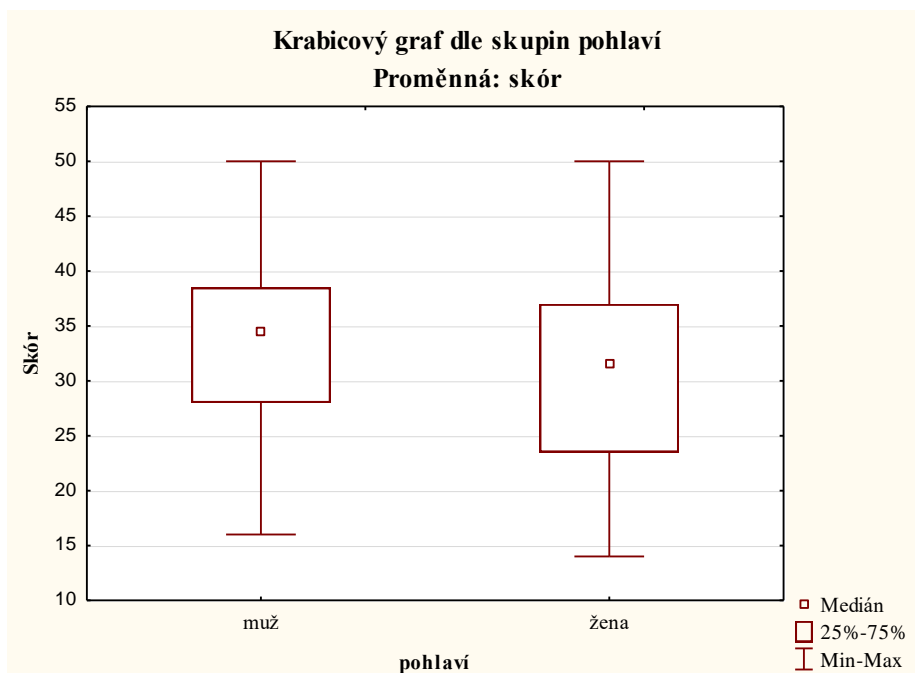


Graf č. 14 - Rozdělení mužů a žen do jednotlivých kategorií prokrastinace u účetních předmětů



Graf č. 15 - Podíl mužů a žen v kategorii těžkých prokrastinátorů (z hlediska účetnictví)

Pomocí statistické analýzy bylo otestováno, zda existuje statisticky významný rozdíl mezi pohlavími v míře prokrastinace, přesněji ve výši skóru. V následujícím krabicovém grafu č. 16 lze vidět, že box-ploty se překrývají, nejspíše nebude prokázán významný rozdíl.



Graf č. 16 - Krabicový graf: rozdílnost skórů mužů a žen

Pomocí Shapiro-Wilkova testu byla otestována normalita dat, normální rozdělení však nebylo potvrzeno, bylo proto nutné použít neparametrický test – Mann-Whitneyův U test. Vypočtená hodnota $p = 0,066$, tedy je vyšší než kritická hodnota $\alpha = 0,05$. Velmi těsně nebyl na hladině významnosti 0,05 potvrzen statisticky významný rozdíl v dosažených skórech mezi pohlavími. Jelikož p -hodnota převyšuje hodnotu α pouze o 0,016, je vhodné uvést, že v případě potvrzení významných rozdílů je díky předchozí analýze grafického znázornění zřejmé, že o něco více prokrastinují u účetních předmětů muži.

4.6.3 Mezifakultní rozdíly v prokrastinaci

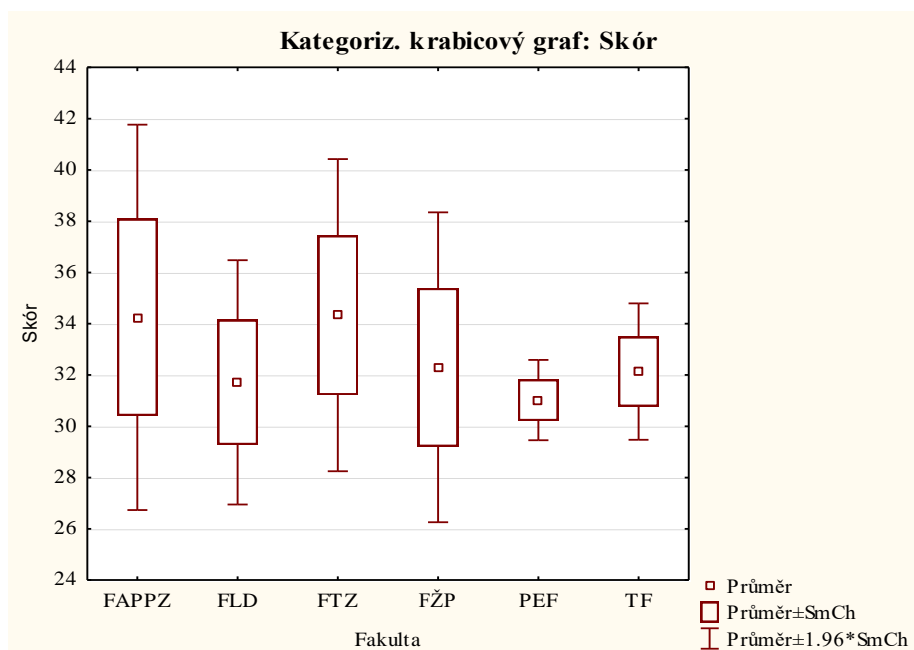
Kromě rozdílů v pohlaví byly uvažovány také možné rozdíly v míře prokrastinace mezi jednotlivými fakultami České zemědělské univerzity. Nejnižšího skóru bylo dosaženo na Provozně ekonomické fakultě ($P = 14$), nejvyššího také na Provozně ekonomické fakultě a na Technické fakultě ($P = 50$). Nejnižší průměrný skór ($\bar{x} = 31,02$) má Provozně ekonomická fakulta, která má spolu s Fakultou lesnickou a dřevařskou i nejnižší hodnotu mediánu ($m = 32$). Naopak nejvyšší průměrný skór ($\bar{x} = 34,33$) má Fakulta tropického zemědělství, která má spolu s Fakultou agrobiologie, potravinářských a přírodních zdrojů i nejvyšší hodnotu mediánu ($m = 35$). Data z FAPPZ také vykazují nejvyšší směrodatnou odchylku.

| | Minimum | Maximum | Průměr | Medián | Sm. odchylka |
|--------------|---------|---------|--------|--------|--------------|
| FAPPZ | 17 | 48 | 34,25 | 35,5 | 10,85 |
| FLD | 19 | 46 | 31,71 | 32 | 9,10 |
| FTZ | 24 | 45 | 34,33 | 35,5 | 7,61 |
| FŽP | 18 | 45 | 32,30 | 34 | 9,75 |
| PEF | 14 | 50 | 31,02 | 32 | 8,19 |
| TF | 15 | 50 | 32,14 | 33 | 8,26 |

Tabulka č. 2 - Základní popisné charakteristiky - fakulty

Statistické zkoumání bylo provedeno pomocí jednofaktorové analýzy rozptylu. Bylo zkoumáno, zda faktor studovaná fakulta má vliv na výši skóru. Pro otestování možnosti použití analýzy rozptylu byl použit Leveneův test homogenity rozptylů, podmínky pro použití testu byly splněny.

V následujícím krabicovém grafu lze pozorovat, že boxploty se stejně jako u zkoumaného pohlaví překrývají. S nejvyšší pravděpodobností nebude prokázán statisticky významný rozdíl.

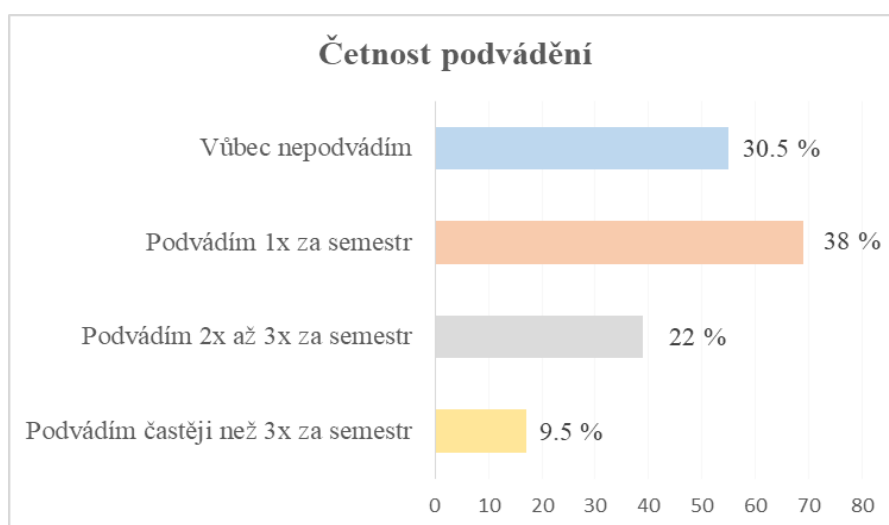


Graf č. 17 - Krabicový graf: rozdílnost mezi fakultami

Analýza rozptylu vyvrátila možný statisticky významný rozdíl na hladině významnosti 0,05. Hodnota $p = 0,83$, tedy je vyšší než kritická hodnota $\alpha = 0,05$.

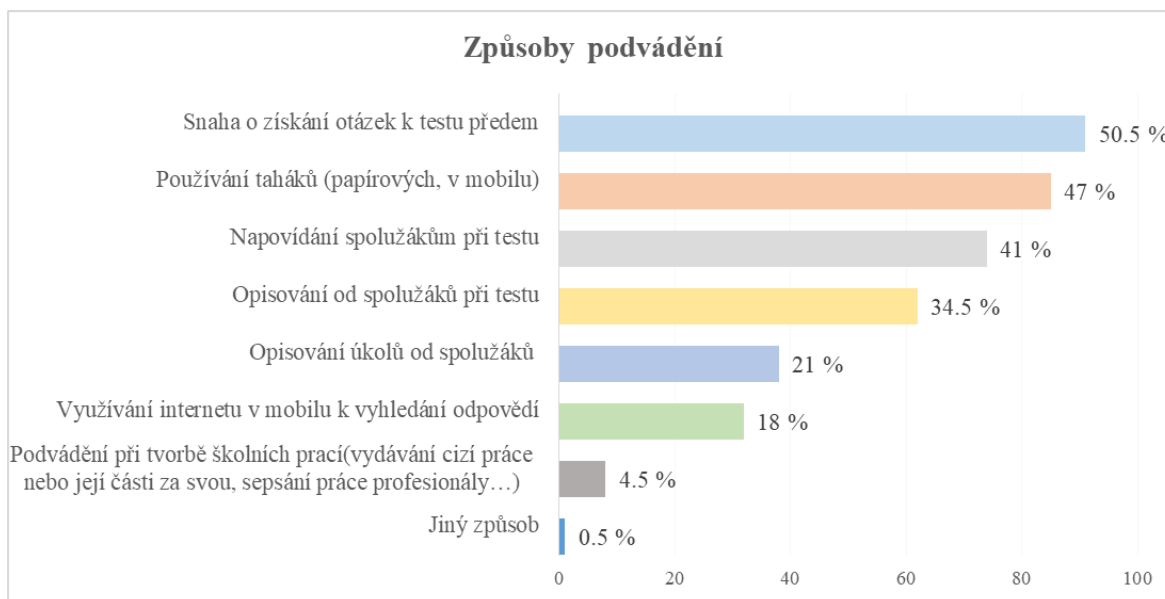
4.6.4 Vyhodnocení podvádění

Jelikož prokrastinace je často spojována s podváděním, bylo zjišťováno, jak často a jakým způsobem studenti ČZU podvádějí. Z důvodu složitosti zjišťování podvádění pouze v rámci předmětů s účetní problematikou byl tento jev zkoumán již z hlediska obecné akademické prokrastinace. Následující graf popisuje procenta odpovědí respondentů na otázku „Jak často podvádíte“. Nejvíce respondentů (38 %) uvedlo, že podvádí pouze 1x za semestr, dále studenti nejčastěji odpovídali, že nepodvádí vůbec (30,5 %). 22 % respondentů podvádí 2x až 3x za semestr. Pouze 9,5 % uvedlo, že podvádí častěji než 3x za semestr.



Graf č. 18 - Četnost podvádění z hlediska obecné akademické prokrastinace

Nejčastěji využívaným způsobem podvádění je snaha o získání otázek k testu předem, takto podvádí 50,5 % respondentů, 47 % používá taháky. 41 % se přiznalo k napovídání spolužákům při testu, o něco méně (34,5 %) pak k opisování od spolužáků při testu. Nižší procento kladných odpovědí získal způsob opisování úkolů (21 %) a využívání internetu v mobilu k vyhledání odpovědí (18 %). Pouze 4,5 % respondentů odpovědělo, že podvádí při tvorbě školních prací (např. vydávání cizí práce nebo její části za svou, či sepsání práce profesionály), tedy že se dopouští plagiátorství. Jeden účastník výzkumu uvedl jiný způsob, který dále popsal v otevřené otázce, a to „příprava testů předem a jejich následná výměna během zkoušky - případně rozdávání dalších variant spolužákům“ a „přítel na telefonu či facebooku“.



Graf č. 19 - Způsoby podvádění

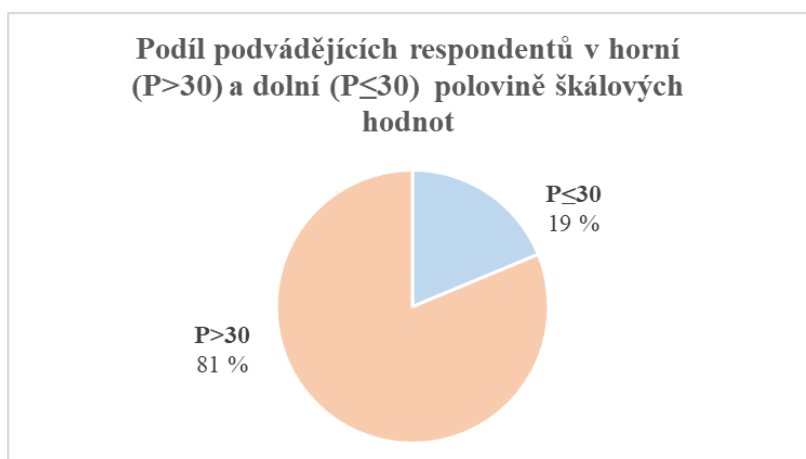
Výzkum Vašákové (2017) potvrdil pozitivní korelaci prokrastinace a plagiátorství. I tento výzkum potvrdil pozitivní vztah mezi podváděním při tvorbě školních prací a skórem prokrastinace. Hodnoty skóru respondentů, kteří se přiznali k plagiátorství, se pohybují od 33 do 50, pouze jeden z nich skóroval 29, tedy všichni až na jednoho spadají do horní poloviny škálových hodnot. Zároveň všichni spadají do kategorie střední či těžký prokrastinátor. Vašáková však zároveň tvrdí, že plagiátorství je nyní jednou z nejrozšířenějších forem podvádění. Tento výzkum potvrdil pravý opak, jelikož nejméně respondentů tvrdí, že se tohoto podvodného způsobu dopouštějí.

Dále byla zkoumána prokrastinace těch, kteří podvádějí častěji než 3x za semestr, těchto studentů je dohromady 16. 50 % z nich skórovalo 35 a výše, tedy spadá do skupiny těžký prokrastinátor. Středních prokrastinátorů je 44 %, pouze 6 % spadá do kategorie lehký prokrastinátor, což je v tomto případě 1 respondent.



Graf č. 20 - Zařazení respondentů podvádějících častěji než 3x za semestr do jednotlivých kategorií prokrastinace

Drtivá většina (81 %) nejčastěji podvádějících studentů spadá do horní poloviny škálových hodnot. 19 % z nich skórovalo méně nebo rovno 30, což čítá 3 respondenty.



Graf č. 21 - Podíl respondentů podvádějících častěji než 3x za semestr v horní a dolní polovině škálových hodnot

Následně je vhodné porovnat prokrastinaci nejčastěji podvádějících respondentů s celkovým vzorkem, k čemuž poslouží grafy č. 4 a 5. Z porovnání grafu č. 20 a 5 je očividné, že respondenti podvádějící častěji než 3x za semestr dosahují vyšších skóre prokrastinace, neboť pouze 6 % z nich spadá do kategorie lehký prokrastinátor, což je o 29 % méně než u celkového vzorku. Výsledkem porovnání grafů č. 21 a 4 je podobný závěr, zatímco celkový vzorek čítá 44 % respondentů v dolní polovině a 56 % respondentů v horní polovině škálových hodnot, u studentů podvádějících více než 3x za semestr se do horní poloviny řadí drtivá většina, a to 81 % studentů. Z uvedených porovnání je zřejmé, že existuje vtaž mezi prokrastinací a podváděním.

5 Výsledky a diskuse

Výzkumná část byla zaměřena na zjišťování akademické prokrastinace v souvislosti s předměty s účetní problematikou u studentů České zemědělské univerzity. Prokrastinací je v tomto výzkumu myšlena prokrastinace rysová, nikoliv situační. Míra prokrastinace byla zjišťována pomocí sebeposuzovací škály vytvořené pro tento účel a poskládané z položek dvou validizovaných škál. Vytvořena byla verze škály zjišťující akademickou prokrastinaci obecně a akademickou prokrastinaci u účetních předmětů.

I přes zúžení škál na deset položek nejspíše připadal dotazník některým respondentům zdoluhavý, jelikož se objevilo 334 neúplných odpovědí z celkových 514, což jsou téměř dvě třetiny respondentů z celkového počtu dotazovaných, kteří dotazník otevřeli, či začali vyplňovat, ale nedokončili jej. Za důvod není považována nezajímavost tématu prokrastinace, které naopak u většiny studentů budí zvědavost, ale spíše nezáživný způsob dotazování pomocí škál, u jejichž vyplňování je potřeba se hlouběji zamyslet. Zásadní roli mohla hrát také vytíženost studentů v období zápočtů a zkoušek, v případě studentů 3. a 5. ročníků také soustředěnost na psaní vlastních závěrečných prací.

Byly ověřovány předem stanovené hypotézy:

- H1: Více než polovina studentů bude umístěna v horní polovině škálových hodnot prokrastinace u předmětů s účetní problematikou, tedy dosáhnou skóru $P > 30$.
- H2: Prokrastinace studentů u účetních předmětů dosahuje vyšších hodnot, nežli jejich akademická prokrastinace obecně.
- H3: Prokrastinace u účetních předmětů souvisí s obtížností předmětu.

Předpoklad o umístění větší části studentů v horní polovině škálových hodnot prokrastinace u účetních předmětů (H1) byl potvrzen, do horní poloviny spadá 57 % studentů. V Česku ani v zahraničí nebyla dohledána žádná studie zabývající se vztahem prokrastinace a účetních předmětů, ale ani prokrastinací u jakéhokoliv jiného předmětu, nelze tedy výsledky tohoto výzkumu porovnávat s jinými výzkumy zabývajícími se podobným tématem. Nabízí se ale možnost porovnání s výzkumy zabývajícími se akademickou prokrastinací obecně. Gabrhelík (2008) ověřoval stejnou hypotézu na vzorku vysokoškolských studentů bez ohledu na předmět. Došel přitom ke stejnému výsledku, tedy více než polovina studentů byla umístěna v horní polovině hodnot akademické

prokrastinace, dokonce v podobném podílu jako v tomto výzkumu – 55 % studentů. Komparace středních hodnot jako průměr a medián s jinými výzkumy není možná kvůli odlišnému škálovému rozpětí vlivem zúžené sebesposuzovací škály.

Dále se výzkum zaměřoval na porovnání akademické prokrastinace obecně a prokrastinace u účetních předmětů. Hypotéza č. 2 zněla, že prokrastinace studentů u účetních předmětů dosahuje vyšších hodnot, nežli jejich akademická prokrastinace. Tato hypotéza byla zamítnuta, porovnání skóre dokonce došlo k závěru, že větší část respondentů dosáhla vyššího skóre obecné akademické prokrastinace, než jejich prokrastinace v účetnictví. Nicméně porovnávání bylo provedeno také z hlediska podílů respondentů v kategoriích prokrastinace. Podíl těžkých prokrastinátorů u předmětů zaměřených na účetnictví poměrně výrazně převyšuje podíl z hlediska akademické prokrastinace obecně. Střední hodnoty ukazují spíše na podobnost dat, medián je u obou skupin stejný, průměrný skór je vyšší u prokrastinace u účetních předmětů o zanedbatelnou hodnotu 0,12.

Byly uvažovány možné příčiny prokrastinace u účetních předmětů, konkrétně obtížnost předmětu, nezajímavost a neužitečnost předmětu s ohledem na možnou budoucí praxi. Interpretovány byly vždy odpovědi celého vzorku respondentů a vzorku těžkých prokrastinátorů. V případě vnímání obtížnosti předmětu bylo pořadí nejčastěji udávaných odpovědí pro oba vzorky stejné. Statistická analýza poté nepotvrdila vliv obtížnosti účetních předmětů na míru prokrastinace, tedy předpoklad souvislosti tohoto faktoru na prokrastinaci (H3) byl zamítnut. U otázky na vnímání zajímavosti předmětu se rozložení odpovědí těžkých prokrastinátorů oproti celkovému vzorku výrazně změnilo, méně z nich vnímá předmět jako velmi zajímavý a více zase jako velmi nezajímavý. V tomto případě byla souvislost mezi zajímavostí předmětu a prokrastinací potvrzena. Statisticky významný vliv užitečnosti předmětu s ohledem na možnou budoucí praxi na prokrastinaci nebyl potvrzen, pořadí odpovědí těžkých prokrastinátorů se sice oproti celkovému vzorku liší, nicméně pouze o pár procent. Ze tří uvažovaných příčin má v tomto výzkumu na prokrastinaci u předmětů s účetní problematikou vliv pouze zajímavost předmětu.

Výzkum také zjišťoval genderové a mezifakultní rozdíly. Nebyly potvrzeny statisticky významné rozdíly mezi pohlavími, či mezi jednotlivými fakultami v prokrastinaci u účetních předmětů. V porovnání s výzkumy obecné akademické prokrastinace ke stejným výsledkům při výzkumu genderových rozdílů došli i jiní, čeští i zahraniční autoři (např. Ferrari, Johnson a McCown, 1995, Gabrhelík, 2008, Sliviaková, 2011). Nebyl

nalezen výzkum, který by se zabýval rozdíly mezi fakultami, avšak Gabrhelík (2008) zkoumal rozdíly mezioborové, kdy statisticky významné rozdíly také nebyly potvrzeny.

Menší část výzkumu byla věnována také podvádění, které je s prokrastinací často spojováno, dokonce výzkum z roku 2017 (Vašáková) zkoumá vztah plagiátorství k prokrastinaci. Došlo ke zjištění, že největší část respondentů (38 %) podvádí jen jedenkrát za semestr a pouze 9,5 % respondentů podvádí častěji než 3x za semestr. Jako nejčastější způsoby podvádění pak byly uváděny snaha o získání otázek k testu předem, používání taháků, napovídání spolužákům při testu a opisování od spolužáků při testu. 50,5 % uvedlo, že se snaží získat otázky k testu předem. Dle názoru autorky by tyto výsledky mohly být zkresleny, jelikož při vyplňování předchozí otázky v dotazníku „jak často podvádíte“ si respondenti nemuseli uvědomit, že tato snaha je také způsob podvádění. Při volbě odpovědi „vůbec nepodvádím“ se již otázka zjišťující způsoby podvádění neobjevila, je tedy možné, že respondentů podvádějících tímto způsobem je mnohem více. Ke zkreslení na podobném principu mohlo dojít také u odpovědi „napovídání spolužákům při testu“. Bylo provedeno zkoumání vztahu podvádění při tvorbě školních prací (vydávání cizí práce či její části za svou, či zhotovení práce profesionály) s mírou prokrastinace a stejně jako ve výzkumu Vašákové byl vztah mezi plagiátorstvím a prokrastinací potvrzen. Zajímavé bylo také zjištění, že 81 % respondentů, kteří uvedli, že podvádějí častěji než 3x za semestr, spadá do horní poloviny škálových hodnot, a všichni tito respondenti až na jednoho spadají do kategorie střední či těžký prokrastinátor.

6 Závěr

Pro pojem prokrastinace dodnes neexistuje jednotná definice, avšak podle Silvera a Sabinioho (1981) je prokrastinátor někdo, kdo „*ví, co chce dělat, v určitém smyslu to může dělat, zkouší to dělat, ale zatím to nedělá*“. Slovo vycházející z latinského *procrastinare* je již v odborné literatuře i studentském slovníku zavedeným pojmem, mezi často používané české ekvivalenty patří například liknavost, či laxnost. Nejvíce výzkumů včetně tohoto se zaměřuje na prokrastinaci na akademické půdě, která z důvodu velké volnosti v organizování času k odkládání vybízí.

Na základě formulovaných cílů byl proveden průzkum, následné statistické zpracování dat a zhodnocení výsledků včetně ověření tří formulovaných hypotéz. Data k výzkumu byla získána na základě online dotazníkového šetření, které vyplnilo 180 respondentů z různých fakult České zemědělské univerzity. Zjišťována byla jak prokrastinace u účetních předmětů, tak akademická prokrastinace obecně. Z porovnání výsledků poté vyplývá, že větší část respondentů dosahuje vyšší míry obecné akademické prokrastinace, nežli prokrastinace u předmětů s účetní problematikou. Na druhou stranu prokrastinace v účetnictví čítá výrazně vyšší počet těžkých prokrastinátorů. Při zkoumání samotné prokrastinace u účetních předmětů bylo zjištěno, že více respondentů skórovalo od 31 do 50, tedy spadá do horní poloviny škálových hodnot. Průměrně skórovali studenti ČZU 31,6, a 42 % z nich se řadí do kategorie těžký prokrastinátor. Nebyly potvrzeny genderové rozdíly, ani rozdíly mezi jednotlivými fakultami v míře prokrastinace.

Z uvažovaných důvodů prokrastinace (obtížnost předmětu, užitečnost s ohledem a možnou budoucí praxi, zajímavost předmětu) se podařilo prokázat statisticky významný vliv zajímavosti předmětu na prokrastinaci. Studenti, kteří považují předmět za nezajímavý, dosahují vyšších skóru prokrastinace. Výzkum také zachytil vztah mezi podváděním a prokrastinací. Pouze jeden z respondentů podvádějící častěji než 3x za semestr spadá do kategorie lehký prokrastinátor, ostatní prokrastinují středně či těžce, zároveň drtivá většina spadá do horní poloviny škálových hodnot. Dále byl zkoumán vztah konkrétního způsobu podvádění - plagiátorství - k míře prokrastinace, který byl stejně jako ve výzkumu Vašákové (2017) potvrzen.

Vzhledem k neexistenci podobných výzkumů by bylo zajímavé, kdyby vznikl výzkum zkoumající prokrastinaci u jiného konkrétního předmětu, například u studenty oblíbené

matematiky. Poté by bylo možno výzkumy porovnat a zjistit například, jaké příčiny mají vliv na prokrastinaci u onoho předmětu, a jestli se shodují s výsledky v této práci. Dle názoru autorky si tato problematika vzhledem k rozšířenosti jevu zaslouží větší zájem výzkumníků a to nejen v oblasti prokrastinace v akademickém prostředí, ale také prokrastinace všeobecné.

7 Seznam použitých zdrojů

AITKEN, Margaret. A personality profile of the college student procrastinator. Pittsburgh, 1982. Doctoral dissertation. University of Pittsburgh.

FERRARI, Joseph R. Procrastination as self-regulation failure of performance: effects of cognitive load, self-awareness, and time limits on „working best under pressure". European journal of personality [online]. 2001, 15(5), 391-406 [cit. 2018-02-06]. DOI: 10.1002/per.413. Dostupné z: <http://doi.wiley.com/10.1002/per.413>

FERRARI, Joseph R. et al. Exploring the time preferences by procrastinators: night or day, which is the one?. European journal of personality [online]. 1997, 11(3), 187–196 [cit. 2018-02-06]. DOI: 10.1002/(SICI)1099-0984(199709)11:3<187::AID-PER287>3.0.CO;2-6.

FERRARI, Joseph R., Judith L. JOHNSON a William G. MCCOWN. Procrastination and task avoidance: theory, research, and treatment. New York: Plenum Press, 1995. ISBN isbn03-064-4842-4.

FIORE, Neil A. Snadná cesta z prokrastinace: jak přestat odkládat úkoly. Praha: Grada, 2014. ISBN 978-80-247-5083-5.

GABRHELÍK, Roman. Akademická prokrastinace: Ověření sebesposuzovací škály, prevalence a příčiny prokrastinace. Praha, 2008. Disertační práce. Masarykova univerzita.

GABRHELÍK, Roman, Jaroslav VACEK a Michal MIOVSKÝ. Prokrastinace: validizace sebesposuzovací škály na populaci studentů vysokých škol. Československá psychologie: časopis pro psychologickou teorii a praxi [online]. 2006, 50(4), 361-371 [cit. 2018-02-08]. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/242706678_Prokrastinace_Validizace_sebesposuzovaci_skaly_na_populaci_studentu_vysokych_skol

GRECMANOVÁ, Denisa. Prokrastinace u vysokoškolských studentů. Praha, 2014. Bakalářská práce. Vysoká škola ekonomická v Praze, fakulta podnikohospodářská, podniková ekonomika a management.

GRUBER, David. Time management: prokrastinace, konflikty, porady, vyjednávání, emaily, mobily, angličtina. 4. aktualizované a rozšířené vydání. Praha: Management Press, 2017. ISBN 978-80-7261-480-6.

GRUNOVÁ, Martina. Akademická prokrastinace a její negativní dopady na vysokoškolské studenty. *Pedagogika.sk* [online]. 2015, 6(4), 261-280 [cit. 2018-02-07]. Dostupné z: <https://www.casopispedagogika.sk/?s=grunov%C3%A1>

HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. Velký psychologický slovník. 4. vydání. Praha: Portál, 2010. ISBN 978-80-7367-686-5.

HENDL, Jan. Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7367-040-2.

HOLBOVÁ, Petra. Akademická prokrastinace na sociálním webu facebook.com. Brno, 2010. Bakalářská diplomová práce. Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií.

HUSÁKOVÁ, Kateřina. Problematika prokrastinace u studentů vysokých škol. Brno, 2013. Bakalářská práce. Masarykova univerzita, Pedagogická fakulta, Katedra sociální pedagogiky.

CHUN CHU, Angela H- a Jin N. CHOI. Rethinking procrastination: positive effects of "active" procrastination behavior on attitudes and performance. *The journal of social psychology* [online]. 2005, 145(3), 245-264 [cit. 2018-02-07]. DOI: 10.3200/SOCP.145.3.245-264. ISBN 10.3200/SOCP.145.3.245-264. Dostupné z: <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.3200/SOCP.145.3.245-264>

IVANOVIČOVÁ, Michaela. Zítra je taky den. *Psychologie dnes* [online]. 2008 [cit. 2018-02-08]. Dostupné z: https://nakladatelstvi.portal.cz/casopisy/psychologie-dnes/84339/zitra-je-taky-den_

JANČOVÁ, Radana. Akademická prokrastinace bakalářských studentů FHS UK. Praha, 2012. Bakalářská práce. Univerzita Karlova v Praze, Fakulta humanitních studií.

KNAUS, William J. Procrastination, blame, and change. *Journal of social behavior and personality* [online]. 2000, 15(5), 153-166 [cit. 2018-02-08]. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/285743380_Procrastination_Blame_and_Change

LAY, Clarry H. Trait procrastination and affective experiences: describing past study behavior and its relation to agitation and dejection. *Motivation and emotion* [online]. 1994, 18(3), 269-284 [cit. 2018-02-08]. DOI: 10.1007/BF02254832. Dostupné z: <http://link.springer.com/10.1007/BF02254832>

LUDWIG, Petr. Konec prokrastinace: jak přestat odkládat a začít žít naplno. Brno: Jan Melvil, 2013. Briquet. ISBN 978-80-87270-51-6.

MAREŠ, Jiří. Tradiční a netradiční podvádění ve škole. *Pedagogika* [online]. 2005, 55(2), 310–335 [cit. 2018-02-08]. Dostupné z: <http://pages.pedf.cuni.cz/pedagogika/?p=1738&lang=cs>

MILGRAM, Noach a Rachel TENNE. Personality correlates of decisional and task avoidant procrastination. *European journal of personality* [online]. 2000, 14(2), 141–156 [cit. 2018-02-07]. DOI: 10.1002/(SICI)1099-0984(200003/04)14:2<141:AID-PER369>3.0.CO;2-V. Dostupné z: [http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/\(SICI\)1099-0984\(200003/04\)14:2%3C141::AID-PER369%3E3.0.CO;2-V/full](http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/(SICI)1099-0984(200003/04)14:2%3C141::AID-PER369%3E3.0.CO;2-V/full)

PASSIG, Kathrin a Sascha LOBO. Odložím to na zítra: jak si zorganizovat život bez zbytečného organizování. Praha: Portál, 2010. ISBN 8073676664.

SCHOUWENBURG, Henri C. Counseling the procrastinator in academic settings. Washington, DC: American psychological association, 2004. ISBN 978-1-59147-107-3.

SCHOUWENBURG, Henri C. Procrastinators and fear of failure: an exploration of reasons for procrastination. *European journal of personality* [online]. 1992, 6(3), 225-236 [cit. 2018-02-07]. DOI: 10.1002/per.2410060305. Dostupné z: <http://doi.wiley.com/10.1002/per.2410060305>

SILVER, Maury a John SABINI. Procrastinating. *Journal for the theory of social behaviour* [online]. 1981, 11(2), 207-221 [cit. 2018-02-06]. DOI: 10.1111/j.1468-5914.1981.tb00033.x. Dostupné z: <http://doi.wiley.com/10.1111/j.1468-5914.1981.tb00033.x>

SLIVIAKOVÁ, Andrea. Prokrastinace v adolescenci a mladé dospělosti. Brno, 2011. Disertační práce. Masarykova univerzita.

SLIVIAKOVÁ, Andrea. Akademická prokrastinace ve vztahu k perfekcionismu. Brno, 2007. Diplomová práce. Masarykova univerzita.

SOLOMON, Laura J. a Esther D. ROTHBLUM. Academic procrastination: frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of counseling psychology* [online]. 1984, 31(4), 503-509 [cit. 2018-03-05]. DOI: 10.1037/0022-0167.31.4.503. Dostupné z: <http://content.apa.org/journals/cou/31/4/503>

STEEL, Piers, Thomas BROTHEN a Catherine WAMBACH. Procrastination and personality, performance, and mood. *Personality and individual differences* [online]. 2001, 30(1), 95-106 [cit. 2018-02-07]. DOI: 10.1016/S0191-8869(00)00013-1. Dostupné z: <http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0191886900000131>

ŠARMANDŽIJEVA, Cagan. Time management a prokrastinace. Praha, 2017. Bakalářská práce. Vysoká škola ekonomická v Praze, Fakulta podnikohospodářská, Podniková ekonomika a management.

ŠVAJCROVÁ, Jana. Prokrastinace (odkládání povinností) a její zvládnání u vysokoškolských studentů. Praha, 2009. Diplomová práce. Univerzita Karlova v Praze, Lékařská fakulta.

VAŠÁKOVÁ, Jana. Míra prokrastinace a její spojitost s postoji k plagiátorství u vysokoškolských studentů. Brno, 2017. Bakalářská práce. Masarykova univerzita, filozofická fakulta, ústav pedagogických věd.

Původ slova prokrastinace a její historie. In: *Online adiktologická poradna* [online]. Praha: Adiktologická ambulance, Klinika adiktologie, 2010 [cit. 2017-08-31]. Dostupné z: <http://poradna.adiktologie.cz/article/clanky-o-tematu-2/puvod-slova-a-historie-prokrastinace/>

8 Přílohy

Příloha č. 1 - Dotazník

Sekce A: Zjištění prokrastinace v účetnictví

A1. Přečtěte si, prosím, následující výroky týkající se prokrastinace v účetnictví a rozhodněte, do jaké míry Vás výrok vystihuje. Podle toho vyberte vždy jedno z pěti hodnocení od VELMI NETYPICKÉ po VELMI TYPICKÉ.

Nezapomínejte, že žádná z odpovědí není špatná

| | Velmi netypické | Spíše netypické | Neutrální | Spíše typické | Velmi typické |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Často mám úkol z účetnictví splněn dříve, než je potřeba. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Se začátkem práce na úkolu z účetnictví otálím až do poslední minuty. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Úkoly z účetnictví si plním včas díky tomu, že dělám svou práci pravidelně ze dne na den. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Při práci na úkolu z účetnictví, který je před odevzdáním, často ztrácím čas děláním jiných věcí. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Často začínám na úkolu z účetnictví pracovat krátce po jeho zadání. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Využívám volných hodin mezi přednáškami k zahájení práce na úkolech z účetnictví přichystaných na později. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Přestože vím, že práce z účetnictví musí být hotová, nikdy se mi nechce ihned s prací začít. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kdybych měl dělat na důležitém projektu, začal bych tak rychle, jak jen by to bylo možné. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Když se blíží termín testu z účetnictví, často se přistihnu při tom, jak dělám místo studia jinou práci. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Se začátkem práce na úkolu z účetnictví otálím tak dlouhou, že jej nestihnu dokončit v termínu. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Sekce B: Zjištění obecné prokrastinace

B1. Nyní se, prosím, nad těmito výroky zamyslete obecně, ne ve spojitosti s konkrétním předmětem. Opět vyberte hodnocení pro každý výrok, ale podle toho, jak Vás vystihuje ve spojitosti s celkovým studiem.

Nezapomínejte, že žádná z odpovědí není špatná.

| | Velmi netypické | Spíše netypické | Neutrální | Spíše typické | Velmi typické |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Často mám úkol splněn dříve, než je potřeba. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Se začátkem práce otálím až do poslední minuty. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Úkoly si plním včas díky tomu, že dělám svou práci pravidelně ze dne na den. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Při práci na úkolu, který je před odevzdáním, často ztrácím čas děláním jiných věcí. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Často začínám na úkolu pracovat krátce po jeho zadání. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Využívám volných hodin mezi přednáškami k zahájení práce na úkolech z účetnictví přichystaných na později. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Přestože vím, že práce musí být hotová, nikdy se mi nechce ihned s prací začít. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Kdybych měl dělat na důležitém projektu, začal bych tak rychle, jak jen by to bylo možné. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Když se blíží termín testu, často se přistihnu při tom, jak dělám místo studia jinou práci. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Se začátkem práce na úkolu otálím tak dlouhou, že jej nestihnu dokončit v termínu. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Sekce C: Doplnující otázky

C1. Jak vnímáte náročnost předmětu účetnictví?

| | |
|---------------|--------------------------|
| Velmi snadný | <input type="checkbox"/> |
| Spíše snadný | <input type="checkbox"/> |
| Spíše obtížný | <input type="checkbox"/> |
| Velmi obtížný | <input type="checkbox"/> |

C2. Jak vnímte užitečnost předmětu účetnictví s ohledem na možnou budoucí praxi?

| | |
|---------------------|--------------------------|
| Velmi užitečný | <input type="checkbox"/> |
| Spíše užitečný | <input type="checkbox"/> |
| Spíše neužitečný | <input type="checkbox"/> |
| Naprosto neužitečný | <input type="checkbox"/> |

C3. Jak je pro Vás předmět účetnictví zajímavý?

| | |
|---------------------|--------------------------|
| Velmi zajímavý | <input type="checkbox"/> |
| Spíše zajímavý | <input type="checkbox"/> |
| Spíše nezajímavý | <input type="checkbox"/> |
| Naprosto nezajímavý | <input type="checkbox"/> |

**C4. Jak často při studiu na vysoké škole podvádíte?
(Např. používání taháků, mobilu, opisování, psaní školních prací někým jiným... Nad touto otázkou se již nezamýšlejte ve spojitosti s účetnictvím, ale studiem obecně.)**

- Podvádím častěji než 3x za semestr
- Podvádím nanejvýš 3x za semestr
- Podvádím nanejvýš 1x za semestr
- Vůbec nepodvádím

| |
|---|
| + |
| + |
| + |
| + |

C5. Jakou formou podvádíte?

- Opisování od spolužáků při testu
- Napovídání spolužákům při testu
- Používání taháků (papírových, v mobilu)
- Využívání internetu v mobilu k vyhledání odpovědí
- Opisování úkolů od spolužáků
- Podvádění při tvorbě školních prací (vydávání cizí práce nebo její části za svou, sepsání práce profesionály...)
- Snaha o získání otázek k testu předem
- Jiný způsob

| |
|---|
| + |
| + |
| + |
| + |
| + |
| + |
| + |
| + |

C6. Napište, jakým jiným způsobem podvádíte.

| |
|--|
| |
|--|

C7. Jakou fakultu na České zemědělské univerzitě studujete?

- Provozně ekonomická fakulta
- Fakulta agrobiologie, potravinových a přírodních zdrojů
- Technická fakulta
- Fakulta životního prostředí
- Fakulta lesnická a dřevařská
- Fakulta tropického zemědělství

| |
|---|
| + |
| + |
| + |
| + |
| + |
| + |

C8. Jste žena či muž?

- Žena
- Muž

| |
|---|
| + |
| + |

Děkuji za Váš čas!

Příloha č. 2 - Škála prokrastinace pro studentskou populaci PSS (Lay, 1986, přeložil Gabrhelík, 2005)

| | Velmi netypické | Spíše netypické | Neutrální | Spíše typické | Velmi typické |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. Často se přistihnu při tom, že dělám úkoly, které jsem zamýšlel dělat před několika dny | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. Nedělám úkoly, dokud není těsně před odevzdáním | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. Když dočtu knihu, která je vypůjčena z knihovny, ihned ji vrátím, bez ohledu na datum, do kdy má být vrácena. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. Když je čas ráno vstávat, nejčastěji ihned vstávám z postele. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. Poté, co dopíšeš dopis, tak ten může několik dní ležet, než jej odešleš. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. Obecně odpovídám na (zmeškané) telefonáty okamžitě. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. I úkoly, které vyžadují krátké sezení u stolu a práci na nich, dělám dny. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. Obvykle se rozhoduji, co nejrychleji je to možné . | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. Obecně naberu zpoždění před tím, než začnu dělat práci, kterou dělat musím. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. Obvykle musím spěchat, abych dokončil úkol v termínu. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. Když se chystám ven, zřídka zjistím, že musím něco na poslední chvíli dělat | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. Při práci na úkolu, který je před odevzdáním, často ztrácím čas děláním jiných věcí. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. Raději odcházím na schůzku s předstihem. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. Často začínám na úkolu pracovat krátce po jeho zadání | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. Často mám úkol splněn dříve, než je potřeba. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16. Vždy mi to vychází tak, že dárky na Vánoce nakupuji na poslední chvíli | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17. Obvykle kupuji i tu nejpodstatnější věc na poslední chvíli. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18. Obvykle dokončím všechny úkoly, které jsem si na ten den naplánoval. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 19. Opakovaně říkám "udělám to zítra". | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 20. Obvykle se postarám o to, abych měl všechny úkoly hotové před tím, než se večer uklidním a relaxuji | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Příloha č. 3 - Aitkenové inventář prokrastinace (Aitken, 1982, přeložil Gabrhelík, 2005)

| | Nepravda | Většinou nepravda | Někdy pravda / někdy nepravda | Většinou pravda | Pravda |
|--|--------------------------|--------------------------|-------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. Se začátkem práce otálím až do poslední minuty | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. Jsem pečlivý při vracení knih do knihovny včas. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. Přestože vím, že práce musí být hotová, nikdy se mi nechce ihned začít s prací. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. Úkoly si plním včas díky tomu, že dělám svou práci pravidelně ze dne na den. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. Kdyby mi byla nabídnuta účast na sezení, které by mi pomohlo naučit se neodkládat práci, tak bych šel/šla | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. Na schůzky a setkání často chodím pozdě. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. Využívám volných hodin mezi přednáškami k zahájení práce na úkolech přichystaných na večer | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. Se začátkem práce na úkolu otálím tak dlouhou, že jej nestihnu dokončit v termínu | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. Často horečně spěchám, abych dodržel termín dokončení | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. Často mi to trvá dlouhou dobu, než začnu na něčem dělat | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. Nenabírám zpoždění, když vím, že skutečně potřebuji mít úkol hotový. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. Kdybych měl dělat na důležitém projektu, začal bych tak rychle, jak jen by to bylo možné | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. Když se blíží termín testu, často se přistihnu při tom, jak dělám jinou práci. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. Často dokončuji práci před řádným termínem. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. U úkolů, které je třeba udělat, se pustím rovnou do práce | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16. Když mám důležitou schůzku, ujistím se, že oblečení, které chci mít na sobě, mám připraveno den předtím | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17. Přicházím na schůzky pořádané v rámci školy s časovou rezervou | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18. Obecně přicházím na přednášku včas | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 19. Přeceňuji objem práce, který jsem schopen zvládnout v daném čase | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |