

## БӨЛІМ: ПСИХОЛОГИЯ

**СТУДЕНТТЕРГЕ АРНАЛҒАН ПРОКРАСТИНАЦИЯНЫ  
БАҒАЛАУ ШКАЛАСЫ (PASS)**ЖАРИЯЛАНДЫ  
27.11.2022СІЛТЕМЕ  
<https://bilimger.kz/127021/>**4 курс студенті: Мусахунов М.С.****Оқытушы: Болтаева А.М.**

Әл — Фараби ат. ҚазҰУ

**Студенттерге арналған прокрастинацияны бағалау шкаласы (PASS)***Авторлары: Linda J.Solomon және Esther D.Rothblum.*

PASS шкаласы 44 тұжырымдамадан құралған, прокрастинацияның деңгейін өлшеуге арналған шкала. Ол келесі салаларды өлшеу үшін құрастырылды:

1. академиялық прокрастинацияның таралуы;
2. академиялық прокрастинацияның себептері.

PASS екі бөлімнен тұрады: бірінші бөлім прокрастинацияның алты академиялық саладағы таралуын өлшейді және екінші бөлім прокрастинацияның себептерін бағалайды.

**Студенттерге арналған прокрастинацияны бағалау шкаласы****Прокрастинация аялары**

Келесі көрсетілген әрбір әрекет үшін, сіз қаншалықты деңгейде баяулататыныңызды немесе кейінге қалдыратыныңызды бағалаңыз. Сіз әрекет етпестен бұрын, соңғы мезетке дейін қаншалықты жиі күтетініңізді әр пунктте «А» және «Е» шкалалары аралығында бағалаңыз. Одан кейін, осы тапсырма бойынша баяулату проблема болып табылатындығын қаншалықты деңгейде сезетініңізді «А» және «Е» шкалалары аралығында көрсетіңіз. Ең ақырында, сіз өзіңіздің кейінге қалдыруға деген

тенденцияңызды әр тапсырма бойынша қаншалықты деңгейде төмендеткіңіз келетінін «А» және «Е» шкалалары аралығында көрсетіңіз.

### **Нұсқау:**

Мәтіндегі пікірлерді мұқият оқып шығып, олармен өзіңіздің келісу және келіспеу деңгейіңізді бағалаңыз. Сізге пікірмен келісу және келіспеу деңгейіңізді айқындайтын жауаптың төмендегі бес нұсқасы берілген: «Иә, толық келісемін», «Жартылай келісемін», «Кейде», «Жартылай келіспеймін», «Жоқ, мүлдем келіспеймін».

### **Әдістеменің мәтіні:**

1. Сіз бұл тапсырманы қаншалықты деңгейде кейінге қалдырасыз?
2. Бұл тапсырманы баяулату, сіз үшін қаншалықты деңгейде проблема болып табылады?
3. Сіз осы тапсырма бойынша кейінге қалдыру тенденцияңызды қаншалықты деңгейде төмендеткіңіз келеді?
4. Сіз бұл тапсырманы қаншалықты деңгейде кейінге қалдырасыз?
5. Бұл тапсырманы баяулату, сіз үшін қаншалықты деңгейде проблема болып табылады?
6. Сіз осы тапсырма бойынша кейінге қалдыру тенденцияңызды қаншалықты деңгейде төмендеткіңіз келеді?
7. Сіз бұл тапсырманы қаншалықты деңгейде кейінге қалдырасыз?
8. Бұл тапсырманы баяулату, сіз үшін қаншалықты деңгейде проблема болып табылады?
9. Сіз осы тапсырма бойынша кейінге қалдыру тенденцияңызды қаншалықты деңгейде төмендеткіңіз келеді?
10. Сіз бұл тапсырманы қаншалықты деңгейде кейінге қалдырасыз?
11. Бұл тапсырманы баяулату, сіз үшін қаншалықты деңгейде проблема болып табылады?
12. Сіз осы тапсырма бойынша кейінге қалдыру тенденцияңызды қаншалықты деңгейде төмендеткіңіз келеді?
13. Сіз бұл тапсырманы қаншалықты деңгейде кейінге қалдырасыз?
14. Бұл тапсырманы баяулату, сіз үшін қаншалықты деңгейде проблема болып табылады?
15. Сіз осы тапсырма бойынша кейінге қалдыру тенденцияңызды қаншалықты деңгейде төмендеткіңіз келеді?
16. Сіз бұл тапсырманы қаншалықты деңгейде кейінге қалдырасыз?
17. Бұл тапсырманы баяулату, сіз үшін қаншалықты деңгейде проблема болып табылады?

табылады?

18. Сіз осы тапсырма бойынша кейінге қалдыру тенденцияңызды қаншалықты деңгейде төмендеткіңіз келеді?
19. Сіз, оқытушыға сіздің жұмысыңыз ұнамай қалады деп уайымдадыңыз.
20. Сіз, сыныптасыңыз сізге қандай да бір кеңес бере алатындай, оның өз жұмысын жасап бітіруін күттіңіз.
21. Сіз өз мақалаңызға не қосып, не қоспайтыныңызды біле отырып, қиындықтарға тап болдыңыз.
22. Сізде жасалуы қажет көптеген басқа істер болды.
23. Сізде оқытушыдан сұралуы қажет белгілі бір ақпарат болды, бірақ сіз оған барған кезіңізде, өзіңізді ыңғайсыз сезіндіңіз.
24. Сіз жаман баға аламын деп уайымдадыңыз.
25. Сіз басқалар берген тапсырманы орындау қажеттігіне наразы болдыңыз.
26. Сіз жұмысты жазу үшін жеткілікті нәрсе білдім деп ойламадыңыз.
27. Сізге курстық жұмыс жазу шын мәнінде ұнамады.
28. Сіз өзіңізді, тапсырма сізді басып тастағандай сезіндіңіз.
29. Басқалардан ақпаратты сұраған кезде, сіз қиындықтарға тап болдыңыз.
30. Сіз тапсырманы соңғы мезетте орындаудан туындайтын қобалжуды асыға күттіңіз.
31. Сіз көптеген тақырыптардың арасынан таңдай алмадыңыз.
32. Егер сіз табысқа жетсеңіз, сіздің сыныптастарыңыз осыған байланысты наразы болады деп уайымдадыңыз.
33. Сіз жақсы жұмыс жасау үшін, өзіңізге сенбедіңіз.
34. Сізде тапсырманы орындап бастау үшін қажетті энергия мөлшері болмады.
35. Сіз курстық жұмысты жазу өте көп уақыт алады деп сезіндіңіз.
36. Сізге соңғы мезетті күту сынағы ұнады.
37. Сіз, сіздің сыныптастарыңыз да тапсырманы орындауды бастамағанын білдіңіз.
38. Сіз, сізге ақырғы мерзім орнататын адамдарға наразы болдыңыз.
39. Сіз өзіңіздің үміттеріңізді ақтай алмаймын деп уайымдадыңыз.
40. Сіз, егер сіз жақсы баға алсаңыз, басқалар болашақта сізден көп нәрсе күтеді деп уайымдадыңыз.
41. Сіз, оқытушы сізге жұмыс туралы тағы қандай да бір ақпарат береді ме деп күттіңіз.
42. Сіз өзіңіз үшін өте үлкен норма қойдыңыз және осы стандарттарға сай келе алмаймын деп уайымдадыңыз.

43. Сіз өзіңізді курстық жұмысты жазу үшін өте еріншек деп сезіндіңіз.

44. Сіздің достарыңыз, сізге басқа нәрселерді жасасын деп қысым көрсетті.

*Бірінші бөлімнің нәтижесінің есептелуі:* Бұған 1-18 тұжырымдамалар кіреді. Есептеу үшін Лайкерттің бес баллдық шкаласы (а=1 мен е=5 аралығында) қолданылады. Қорытынды баллды әр жеке академиялық тапсырма үшін (2-ден 10 баллға дейін) немесе жалпы баллды (12-ден 60 баллға дейін) шығаруға болады. Балл неғұрлым көп болса, прокрастинация деңгейі соғұрлым жоғары болады.

*Екінші бөлім нәтижесінің есептелуі:* Оған да Лайкерттің шкаласы қолданылады. Бұл бөлімге 19-44 аралығындағы тұжырымдамалар кіреді. Осы әдістеме арқылы прокрастинацияның пайда болуына ең көп әсер ететін 2 себепті өлшеуге болады: сәтсіздіктен қорқу және тапсырманың ұнамсыз болуы.

- Сәтсіздіктен қорқу пунктіне келесі тұжырымдамалар жатады: 19, 24, 33, 39 және 42;
- Тапсырманың ұнамсыз болуы пунктіне мына тұжырымдамалар жатады: 27, 34 және 35.

Осы пункттерді қосу арқылы әр себепке қатысты жалпы балл шығарылады.

**ҚМ АА** Куәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.