

# Odnos odgađanja obaveza, osobina ličnosti i perfekcionizma

---

Čagalj, Marijana

Master's thesis / Diplomski rad

2022

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Zagreb, Faculty of Croatian Studies / Sveučilište u Zagrebu, Fakultet hrvatskih studija**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:111:927644>

*Rights / Prava:* [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

*Download date / Datum preuzimanja:* **2024-08-06**



*Repository / Repozitorij:*

[Repository of University of Zagreb, Centre for Croatian Studies](#)





SVEUČILIŠTE U ZAGREBU  
FAKULTET HRVATSKIH STUDIJA

Marijana Čagalj

**ODNOS ODGAĐANJA OBAVEZA,  
OSOBINA LIČNOSTI I  
PERFEKCIONIZMA**

DIPLOMSKI RAD

Zagreb, 2022.





SVEUČILIŠTE U ZAGREBU  
FAKULTET HRVATSKIH STUDIJA  
ODSJEK ZA PSIHOLOGIJU

MARIJANA ČAGALJ

**ODNOS ODGAĐANJA OBAVEZA,  
OSOBINA LIČNOSTI I PERFEKCIONIZMA**

DIPLOMSKI RAD

Mentorica: izv.prof.dr.sc. Renata Glavak Tkalić

*Renata Glavak Tkalić*

Zagreb, 2022.

## **Sažetak**

Cilj ovog istraživanja bio je utvrditi odnos između prokrastinacije, osobina ličnosti i perfekcionizma te provjeriti mogućnost predviđanja prokrastinacije na temelju osobina ličnosti i perfekcionizma. U istraživanju, koje je provedeno online, sudjelovalo je 495 studenata (84,6% žena, 14,3% muškaraca, 1% neizjašnjenih sudionika po pitanju spola), s područja Republike Hrvatske, koji pohađaju fakultet. Korišteni su sljedeći instrumenti: Revidirana skala težnje perfekcionizmu (Slaney, Rice, Mobley i Trippi (2001), Petofaktorski upitnik ličnosti (Benet-Martinez i John, 1998) i Tuckmanova skala prokrastinacije (Tuckman, 1991). Rezultati su pokazali da ne postoji statistički značajna razlika između studenata različitih razina studija s obzirom na stupanj prokrastinacije. Prokrastinacija je bila statistički značajno pozitivno povezana s neuroticizmom i maladaptivnim perfekcionizmom, a negativno s ekstraverzijom, savjesnošću, ugodnošću i adaptivnim perfekcionizmom. Multiplom regresijskom analizom utvrđeno je da su savjesnost, maladaptivni perfekcionizam i neuroticizam, najvažniji prediktori prokrastinacije. Prediktorskim modelom objašnjeno je 54,5% ukupne varijance prokrastinacije.

**Ključne riječi:** prokrastinacija, petofaktorski model ličnosti, adaptivni perfekcionizam, maladaptivni perfekcionizam

## *Relationship between procrastination, personality traits and perfectionism*

### **Abstract**

The purpose of this study was to determine the relationship between procrastination, personality traits and perfectionism, and to determine whether personality traits and perfectionism can predict procrastination. In the survey, which was conducted online, a total of 495 students (84,6% women, 14,3% men, 1% undeclared participants regarding gender) from the Republic of Croatia attending college participated. The following instruments were used: Almost Perfect Scale Revised (Slaney, Rice, Mobley and Trippi, 2001), the Big five inventory (Bennet-Martinez and John, 1998) and the Tuckman Procrastination Scale (Tuckman, 1991). Data collection was conducted online via a survey form. The results showed that there are no statistically significant differences between students of different levels in university with regard to the degree of procrastination. Procrastination was statistically significantly positively associated with neuroticism and maladaptive perfectionism, and negatively with extraversion, conscientiousness, agreeableness and adaptive perfectionism. Multiple regression analysis showed that conscientiousness, maladaptive perfectionism and neuroticism are the most valuable predictors of procrastination. The predictive model explained 54,5% of the total variance of procrastination.

**Keywords:** procrastination, big five personality traits, adaptive perfectionism, maladaptive perfectionism

## Sadržaj

<b>1. Uvod</b> .....	2
1.1. <i>Odgađanje obaveza (prokrastinacija)</i> .....	2
1.2. <i>Perfekcionizam</i> .....	4
1.3. <i>Osobine ličnosti</i> .....	5
1.4. <i>Povezanost prokrastinacije i perfekcionizma</i> .....	6
1.5. <i>Povezanost prokrastinacije i osobina ličnosti</i> .....	7
1.6. <i>Povezanost perfekcionizma i osobina ličnosti</i> .....	9
<b>2. Cilj i problemi istraživanja</b> .....	11
<b>3. Metoda</b> .....	12
3.1. <i>Sudionici</i> .....	12
3.2. <i>Instrumenti</i> .....	12
3.2.1. <i>Revidirana skala težnje perfekcionizmu</i> .....	12
3.2.2. <i>Petofaktorski upitnik ličnosti</i> .....	13
3.2.3. <i>Tuckmanova skala prokrastinacije</i> .....	13
3.2.4. <i>Sociodemografski podaci</i> .....	14
3.3. <i>Postupak</i> .....	14
<b>4. Rezultati</b> .....	15
4.1. <i>Deskriptivna analiza podataka</i> .....	15
4.2. <i>Analiza razlike u stupnju prokrastinacije s obzirom na razinu studija</i> .....	16
4.3. <i>Povezanost prokrastinacije, perfekcionizma i osobina ličnosti</i> .....	17
4.4. <i>Doprinos perfekcionizma i petofaktorskog modela ličnosti u objašnjavanju prokrastinacije</i> .....	19
<b>5. Rasprava</b> .....	21
<b>6. Zaključak</b> .....	28
<b>7. Literatura</b> .....	29

## 1. Uvod

Razvojem psihologije kao znanosti, pa tako i teorijskih pristupa, sve više se razmatraju čimbenici koji upravljaju ljudskim ponašanjem osim vanjskih nagrada i kazni. Tako se smatra da je osoba aktivni i samoodređeni djelovatelj koji kroz regulaciju vlastitog ponašanja određuje razinu i učinkovitost svoje motivacije (Jurić, 2004). Upravo reguliranjem vlastitog ponašanja osoba može biti usmjerena ili na obavljanje svojih obaveza ili na odgađanje istih.

Odgađanje obaveza (u nastavku prokrastinacija) zanimljiv je konstrukt koji se proteže kroz različite sfere života, kako kroz posao tako i kroz školske i akademske obaveze. Međutim, ukoliko prokrastinacija postane pretjerana, utječe na izvedbu zadatka, akademsko postignuće kao i kvalitetu života (Johnson i Bloom, 1995). Zbog navedenoga, važno je razumjeti prokrastinaciju, čime je uzrokovana te koji su osobni čimbenici važni za nastanak prokrastinacije. Osobni čimbenici kojima se može objasniti prokrastinacija jesu osobine ličnosti, ali i perfekcionizam koji predstavlja težnju za nepogrešivošću (Flett i Hewitt, 2002).

### 1.1. Odgađanje obaveza (prokrastinacija)

Svakodnevno se susrećemo s brojnim zadacima koje je potrebno izvršiti, ali zbog različitih razloga izvršavanje zadataka je odgođeno. Kada je riječ o akademskim obavezama, kao što su seminari, učenje, pohađanje nastave, prokrastinacija predstavlja najveću prijetnju akademskom uspjehu (Özer, 2011). Riječ prokrastinacija dolazi od latinske riječi *procrastinus* što u spajanju korijena riječi i nastavka u prijevodu znači odgoditi, ostaviti za kasnije, produljiti ili ne uspjeti u zadatku (Rosario i sur., 2009). Odgađanje obaveza, odnosno prokrastinacija, najčešće se definira kao voljno, iracionalno odgađanje planiranih aktivnosti unatoč spoznaji da će to imati neke negativne posljedice za pojedinca te bez obzira na važnost zadatka (Steel, 2007). Još jedna definicija prokrastinacije istu tumači kao manjak ili nedostatak samoreguliranog ponašanja i kao tendenciju odgađanja nečega što treba odraditi (Knaus, 2000). Razlog što se u literaturi nudi nekoliko definicija prokrastinacije leži u pogledu na prokrastinaciju iz pozicije različitih grana psihologije. Tako psihologija ličnosti prokrastinaciju promatra kao osobinu, dok ju psihologija motivacije promatra kao nedostatak motivacije ili nedostatak samoefikasnosti (Cangialosi i Dempsey, 2019). Prokrastinacija ima i određena tipična ponašanja koja ju prate, a to su odgađanje trenutka kada izvršavanje zadatka zaista započne, nesklad između namjere izvršavanja zadatka i stvarnog ponašanja ili izvršavanje drugog zadatka umjesto onog izvorno planiranog (Schouwenburg i Lay, 1995). Također, često se javlja i podcjenjivanje vremena koje



je potrebno za pripremu određenog zadatka ili propuštanje rokova za izvršavanje zadatka koje u konačnici može rezultirati i potpunim odustajanjem (Živčić Bečirović i sur., 2014).

Istraživanja su pokazala da prokrastinacija zapravo znači neuspjeh u samoregulaciji i disfunkcionalno samohendikepirajuće ponašanje sa značajnim negativnim posljedicama na proces izvršavanja zadatka i uspješnost istoga (Steel, 2007). Prema istraživanjima, oko 20% odrasle populacije susrelo se s prokrastinacijom, dok u akademskom svijetu taj postotak raste na čak 65% (Ebadi i Shakoorzadeh, 2015). U istraživanju Ellis i Knaus (1977) taj postotak bio je još veći i iznosi 95%, a utvrđeno je i da 50% studenata koji prokrastiniraju čine to polovinu svoga vremena. Noran (2000, prema AlQudah i sur., 2014) je prokrastinaciju definirao kao izbjegavanje nečega što osoba mora izvršiti, a što je neizbježno. Umjesto rada na zadatku, osoba radije bira druženje, izlazak ili gledanje televizije. Osobe koje prokrastiniraju imaju dobru percepciju toga što i kada trebaju napraviti vezano uz zadatak, sposobni su za to, ponekad se i trude, ali ipak u konačnici ne izvršavaju zadatak (Dervishalijaj i Xhelili, 2013). Često gube vrijeme na aktivnostima koje su manje važne od zadatka koji ih čeka ili pronađu zadatak koji im je zabavniji. Prema Noranu (2000, prema AlQudah i sur., 2014) postoji vjerojatnost da prokrastinatori nisu u mogućnosti organizirati svoje vrijeme na racionalan način. Beswick i suradnici (1988) prokrastinaciju smatraju svojevrsnim mehanizmom za suočavanje s teškim odlukama. Pesimizam oko pronalaženja zadovoljavajućeg rješenja problema rezultira stavljanjem tog problema po strani i odgađanjem njegovog izvršenja. U kontekstu akademske prokrastinacije, to bi značilo da student koji prokrastinira dolazi u konflikt, primjerice, hoće li nastaviti studij ili je li odabrao dobru temu za seminar (Beswick i sur., 1988). Rezultati istraživanja Caoa (2012) pokazali su da studenti preddiplomskih (nižih) razina studija češće prokrastiniraju nego njihovi stariji kolege jer stariji studenti kroz vrijeme postaju zreliji, savjesniji i stječu iskustvo u obrazovanju. Unutar grupe preddiplomske razine također je utvrđena statistički značajna razlika između mlađih i starijih studenata. Međutim, nalazi istraživanja ovih razlika nisu konzistentni. Prema Rosariu i suradnicima (2009) i Yongu (2010), između starijih i mlađih studenata ipak više prokrastiniraju oni koji su stariji. Ova nekonzistentnost u istraživanjima može se objasniti različitim uzorcima (vrsta studija) ili time da stariji studenti, kako se bliže kraju studiranja, gube motivaciju. U kontekstu akademske prokrastinacije, istraživan je i odnos prokrastinacije i prosjeka ocjena. Tako su rezultati istraživanja Nieberdinga i Hecklera (2021) pokazali da studenti koji prokrastiniraju, češće imaju i niži prosjek ocjena u odnosu na kolege koji ne prokrastiniraju. Oni studenti koji su kasnili s

predajom svojih zadataka ili su odgađali zadaće, imali su niže završne ocjene (Kotas i sur., (2004); Palazzo i sur., (2010).

### *1.2. Perfekcionizam*

Prema Flettu i Hewittu (2002), perfekcionizam predstavlja težnju za nepogrešivošću, a pojedinci koji su iznimno visoko na dimenziji perfekcionizma žude za savršenstvom u svakom području svoga života. Prema Frostu i suradnicima (1990), perfekcionista su, pored toga što imaju visoke standarde, prekritični prema vlastitim izvedbama što se posebno vidi u pretjeranoj brizi za nepogrešivošću, nesigurnosti u vezi vlastitih postupaka te perfekcionistačkoj potrebi za organizacijom i urednošću. Teoretičari imaju različito viđenje perfekcionizma, pa su tako Frost i suradnici (1990) definirali perfekcionizam kao osobinu ličnosti s nekoliko različitih dimenzija: pretjerana samokritičnost povezana s visokim osobnim standardima, pretjerana zabrinutost oko mogućih pogreški, sumnja u djelotvornost vlastitih postupaka, visoka potreba za urednošću i organizacijom i potreba za ugađanjem tuđim očekivanjima. Hewitt i Flett (1991) izdvojili su pak tri različite dimenzije perfekcionistačkog ponašanja, a to su sebi usmjeren, drugima usmjeren i socijalno pripisan perfekcionizam. Sebi usmjereno perfekcionistačko ponašanje znači da osoba samoj sebi postavlja visoke ciljeve i intrinzično je motivirana za postizanje savršenstva u tom cilju. Drugima usmjeren perfekcionistaizam znači da osoba ima vrlo visoka očekivanja od drugih ljudi iz svoje okoline i od njih očekuje savršen uradak, dok socijalno pripisanim perfekcionistaizmom označavamo percepciju osobe da joj drugi postavljaju iznimno visoke ciljeve i od njih imaju visoka očekivanja.

Neslaganje među autorima proizlazi iz razmatranja je li perfekcionistaizam jednodimenzionalan konstrukt s primarno negativnim učincima ili ima i adaptivne učinke (Burns, 1980; Pacht, 1984). Izvorna operacionalizacija perfekcionistaizma gledala je na njega kao na jednodimenzionalan konstrukt te kao na maladaptivnu osobinu koja se negativno manifestira u različitim sferama funkcioniranja pojedinca te da je povezan s različitim psihičkim poremećajima (Ashby i Rice, 2002). Frost i suradnici (1990) razlikuju dvije vrste perfekcionistaizma, adaptivni (normalni) i maladaptivni (neurotski) perfekcionistaizam. Adaptivni i maladaptivni perfekcionistaizam zapravo možemo okarakterizirati kao pozitivan i negativan. Prema Frostu i suradnicima (1990) adaptivan perfekcionistaizam obuhvaća organiziranost, sebi usmjeren perfekcionistaizam i drugima usmjeren perfekcionistaizam, dok maladaptivan obuhvaća visoka roditeljska očekivanja, zabrinutost oko pogrešaka i socijalno pripisan perfekcionistaizam.

Autori smatraju da će perfekcionista kojima je osobina adaptivni perfekcionizam postaviti sebi visoke ciljeve koji će biti ostvarivi te će im ostvarenje tih ciljeva donijeti osjećaj sreće i zadovoljstva. Posljedično, porast će im i samopouzdanje. Suprotno tome, prema Anthonyju i suradnicima (1998), osobe koje karakterizira maladaptivni ili negativni perfekcionizam pretjerano su samokritične, anksiozne i usmjerene na izbjegavanje pogrešaka. Upravo izbjegavanje pogrešaka i visoka razina anksioznosti korelira s povećanom učestalosti prokrastinacije, odnosno, odgađanjem onih obaveza oko kojih je osoba anksiozna. Prema Idžanović (2016), maladaptivni perfekcionista motivirani su strahom od neuspjeha i brigom o mišljenju drugih ukoliko ne uspiju u zadatku ili ne ispune postavljena očekivanja. Autorica navodi i da maladaptivni perfekcionista prokrastiniraju u većoj mjeri zbog izbjegavanja davanja odgovora ukoliko njima samima nije savršeno točan. Istraživanja su pokazala i da je maladaptivni perfekcionizam važan za razumijevanje psiholoških teškoća (Frost i sur., 1990; Rice i Lapsley, 2001; Chang i Rand, 2000). Tako su neke od psiholoških teškoća s kojima se perfekcionista mogu susresti depresivnost, anksioznost, beznadnost, poremećaji hranjenja i prokrastinacija. Važno je napomenuti da se ove teškoće povezuju sa zabrinutosti oko pogrešaka, roditeljskim očekivanjima, roditeljskim prigovaranjima i dvojabama oko vlastitih postupaka (Kurtović, 2013). Maladaptivni perfekcionizam može posljedično iskrivljavati percepciju osobe u socijalnim odnosima ili čak djelovati na njihovo ponašanje (Sherry i sur., 2008). Ovisno o tome kakav će biti ishod neke aktivnosti, perfekcionista procjenjuju svoju vlastitu vrijednost. Ukoliko je ishod neke aktivnosti nepovoljan, maladaptivni perfekcionista će to shvatiti kao indikator vlastite neadekvatnosti (Slade i Owens, 1998). Suprotno tome, odmjereno i adaptivno perfekcionizam povezan je s poželjnim karakteristikama poput orijentacije k uspjehu, motivacije za postignućem te posvećenosti cilju (Accordino i sur., 2000; Yonem, 2007). Prema Kurtović (2013) u podlozi perfekcionizma je potreba za odobravanjem od strane drugih te su tako perfekcionista motivirani da sakriju svoje percipirane nedostatke i slabosti, što smanjuje vjerojatnost da će potražiti pomoć ili priznati da se osjećaju loše.

### *1.3. Osobine ličnosti*

Osobine ličnosti mogu se definirati kao uobičajeni načini percepcije, ponašanja i mišljenja te kao stabilne individualne razlike koje oblikuju specifične oblike kognicije, emocija i ponašanja pojedinca (Hogan i sur., 1996). Larsen i Buss (2008) navode kako je na najveću istraživačku potporu naišla taksonomija ličnosti koja je poznata kao petfaktorski model ličnosti.

Ovaj model obuhvaća hijerarhijski organizirane crte ličnosti, odnosno ekstraverziju, ugodnost, savjesnost, neuroticizam i otvorenost prema iskustvu (McCrae i John, 1992).

Ekstraverzija je karakterizirana nizom čimbenika kao što su aktivnost, društvenost, asertivnost i pozitivna emocionalnost (Smrtnik Vitulić i Zupančić, 2010). Pojedinci koji postižu visoke rezultate na dimenziji ekstraverzije smatraju se društvenim osobama koje stalno žude za uzbuđenjem. Suprotno na dimenziji nalazi se introverzija. Introverti su okarakterizirani kao usamljene, mirne i povučene osobe koje ne teže previše drugima (McCrae i Costa, 1987, prema Barać, 2011). Osobe koje su ljubazne, suradljive, prosocijalne i altruistične postižu visoke rezultate na dimenziji ugodnosti, dok, suprotno tome, antagoniste karakterizira nepovjerljivost, tvrdoglavost i nesuradljivost (Smrtnik Vitulić i Zupančić, 2010). McCrae i Costa (1987, prema Barać, 2011) su naglasili da pretjerana ugodnost može biti znak za neprilagođeno ponašanje. U modelu McCraea i Coste (1987, prema Barać, 2011) opisana je i dimenzija savjesnosti i to kao dimenzija koja obuhvaća poslušnost, dobru organiziranost, upornost, visoku odgovornost i orijentiranost na uspjeh. Zbog svoje napetosti, anksioznosti i nesigurnosti, osobe koje su visoko na dimenziji neuroticizma nerijetko pribjegavaju izbjegavanju obaveza odnosno prokrastinaciji kako bi, barem trenutno, smanjile razinu stresa i anksioznosti. Otvorenost prema iskustvu, posljednja od pet dimenzija u Petfaktorskom modelu ličnosti, obuhvaća kreativnost, umjetnički izražaj, znatiželju i maštovitost, dok oni koji su manje otvoreni prema iskustvu imaju i manje interesa te se nerijetko ponašaju konvencionalno (Barać, 2011). Tradicionalni pristup pojmovima ličnosti nudio je tumačenja da su to strogo odvojeni konstrukti, ali nakon pojave ovoga modela i dimenzije otvorenosti prema iskustvu omogućava se povezivanje inteligencije i ličnosti (Matešić i sur., 2009). Prema Matešiću (2003), istraživanja su pokazala da je otvorenost prema iskustvu povezana s kristaliziranom inteligencijom.

#### *1.4. Povezanost prokrastinacije i perfekcionizma*

Istraživanja koja su se bavila konstruktom prokrastinacije pokazala su da se prokrastinacija može povezati s različitim varijablama poput niskog samopoštovanja, lošeg upravljanja vremenom, visokih razina anksioznosti i straha od neuspjeha, teškoća u samoregulaciji te perfekcionizma (Ferrari i Ennons, 1995; Popoola, 2005; Lee, 2005). Prema nekim istraživanjima, prokrastinacija i perfekcionizam imaju neke zajedničke karakteristike. Oba tipa osoba, prokrastinatori i perfekcionista, imaju visoko postavljene standarde i suočavaju se sa strahom od neuspjeha (Burka i Yuen, 1983, prema Čapan, 2010; Solomon i Rothblum, 1984).

Perfekcionisti, koji prema svojim karakteristikama imaju tendenciju postaviti visoke standarde i ciljeve, postaju prokrastinatori jer ne vjeruju da mogu postići standarde koje su sami sebi postavili (Çapan, 2010). S druge strane, prokrastinatori često imaju perfekcionističku predodžbu o tome što drugi misle o njima. Točnije, nisu u mogućnosti izvršiti zadatak jer su pretjerano fokusirani na postavljene standarde i pretjerano razmišljaju o tome što će drugi misliti o njima (Onwuegbuzie, 2000). Zbog navedenoga, moguće je reći da postoji povezanost između perfekcionizma i prokrastinacije. Iako većina istraživanja ide u smjeru pozitivne povezanosti između prokrastinacije i perfekcionizma, istraživanje Frosta i suradnika (1990) pokazalo je da postoji statistički značajna negativna povezanost između učestalosti prokrastinacije i osobnih visokih standarda. Međutim, utvrdili su i da je veća prokrastinacija povezana s višim očekivanjima roditelja studenata i njihovim visokim kritiziranjem. Prema navedenome, prokrastinacija bi mogla biti povezana s očekivanjima roditelja i posljedicama koje slijede nakon neuspjeha. Nadalje, možemo pretpostaviti i da roditelji visokih očekivanja imaju djecu koja također imaju visoka očekivanja od samih sebe te je prokrastinacija odgovor na njih. Isto su zaključili Burka i Yuen (1983) te navode da pojedinci koji su odrasli u obiteljima koje su postavljale visoke zahtjeve i od njih očekivale najbolju izvedbu, češće prokrastiniraju. Logika je u tome da odgovor na zahtjeve i sumnje obitelji može ići u dva smjera: osoba može pokušati razuvjeriti obitelj i smanjiti očekivanja ili prihvatiti njihove sumnje i težiti ka savršenstvu, što u konačnici dovodi do perfekcionizma. U ovom smislu, težnja ka savršenstvu predstavlja pokušaj zadovoljavanja drugih umjesto fokusiranja na sebe i ponašanje usmjereno izvršenju cilja (Flett i sur., 1995). Primjeri iz studije slučaja Pachta (1984) pokazuju ne samo da postoji povezanost između prokrastinacije i perfekcionizma, već da postoje brojni problemi u kvaliteti života prokrastinatora i perfekcionista. Zaključno, prokrastinatori, ali i perfekcionisti, se suočavaju s iracionalnim strahovima te konstantnom zabrinutošću.

### *1.5. Povezanost prokrastinacije i osobina ličnosti*

Istraživanja su pokazala da postoji povezanost između prokrastinacije i osobina ličnosti. Postavlja se pitanje može li se prokrastinacija smatrati osobinom ličnosti (Steel, 2007). S obzirom na to da su rezultati pokazali da je prokrastinacija stabilan konstrukt koji se ne mijenja značajno kroz vrijeme i situacije, može se zaključiti da postoji biološka ili genetska komponenta prokrastinacije. Elliot (2002, prema Steel 2007) je uvrдио da korelacija kroz vrijeme iznosi 0,77, što je pokazalo da je prokrastinacija dovoljno stabilna da bi se smatrala osobinom.

Postavlja se pitanje i prokrastiniraju li osobe zato što su zabrinute zbog zadatka i čine li to više od onih koji imaju dobro razvijene mehanizme suočavanja sa stresom (Ellis i Knaus, 1977). S tim u vezu moguće je dovesti neuroticizam, kojeg karakterizira zabrinutost, anksioznost i negativan afekt (Ellis i Knaus, 1977). Međutim, istraživači se pitaju mogu li oni koji su visoko na skali neuroticizma imati veću motivaciju za što bržim uklanjanjem zadatka koji im stvara anksioznost kao i da će im posljedice izbjegavanja suočavanja sa zadatkom biti toliko strašne da će se maksimalno potruditi izbjeći ih (McCrown i sur., 1987).

Teorijski, prokrastinacija se odražava kroz nisku savjesnost i neuspjeh u samoregulaciji što posljedično ukazuje na vezu između prokrastinacije i savjesnosti kao osobine ličnosti (Steel, 2007). Prokrastinacija korelira s rastresenošću, lošom organizacijom, niskom motivacijom i diskrepancijom između namjere i djelovanja za neki zadatak (Steel, 2007). Rastresenost u trenutku rješavanja nekog zadatka može unazaditi pojedinca i voditi ka prokrastinaciji. Dobre organizacijske vještine ključne su za dobru samoregulaciju ponašanja te mogu smanjiti učestalost prokrastinacije. Na primjer, dobra organizacija znači da će neke radnje postati automatizirane ili usmjerene direktno cilju što će posljedično smanjiti vrijeme za razmišljanje o nepovoljnim ishodima, nedovoljnoj stručnosti za zadatak i slično (Steel, 2007). Još jedan aspekt savjesnosti koji bi teorijski trebao biti visoko povezan s prokrastinacijom jest motivacija za postignućem. Pojedinci koji su visoko usmjereni ka postignuću i za njega motivirani, često sebi postavljaju visoke ciljeve i uživaju u postizanju istih (Costa i McCrae, 1992). Motivacija za postignućem može smanjiti prokrastinaciju na način da osoba bude motivirana iznutra, odnosno intrinzično i tako će imati manju averziju prema zadatku (Steel, 2007). Međutim, važno je napomenuti da motivacija za postignućem ne mora nužno biti ograničena na intrinzičnu motivaciju, već može uključivati i elemente ekstrinzične motivacije. Diskrepancija između namjere i djelovanja odnosi se na to koliko osoba zapravo prati svoj originalni plan rada (Steel, 2007). Većina prokrastinatora ne odgađa zadatke u potpunosti namjerno (Silver i Sabinija, 1981), jer u tom slučaju ne bi postojao čimbenik žaljenja i kajanja (Van Hooff i sur., 2005). Sukladno tome, osobina prokrastinacije može se promatrati kao moderator između namjere i ponašanja koje slijedi (Steel, 2007).

Kada je riječ o otvorenosti prema iskustvu, utvrđena je visoka korelacija s inteligencijom i akademskim sposobnostima, ali ne i s prokrastinacijom (Beier i Ackerman, 2001). Buntovnost, neprijateljstvo i neslaganje smatraju se motivatorima za prokrastinaciju (Burka i Yuen, 1983). Osobe koje imaju ove osobine, odnosno, koje su nisko na dimenziji ugodnosti, češće će obaveze i zadatke koji su im nametnuti smatrati neugodnima i težiti tome da ih izbjegnu. Odgađanjem

obaveza i formiranjem svog vlastitog, nenametnutog tempa i rasporeda ove osobe uspostavljaju vlastitu autonomiju i kontrolu (Steel, 2007). Paradoksalno je to što prokrastinatori zapravo odgađaju neku obavezu, uspostave vlastiti tempo i zatim aktivno rade na zadatku.

Ekstraverzija se smatra jednim od najzanimljivijih, ali i najkompliciranijih uzroka prokrastinacije (Steel, 2007). Prema Steelu i Klingsiecku (2016), osobe koje su visoko na dimenziji ekstraverzije prokrastiniraju jer je njihov raspored druženja, hobija i drugih obaveza često pretrpan. Ekstraverti su često opisivani kao društveni, optimistični, energični i impulzivni (Steel i Klingsieck, 2016). Impulzivnost ukazuje na spontanost i hirovitost, a impulzivne osobe mogu biti sklonije prokrastinaciji zbog toga što su usmjerene na ono što trenutno žele i troše svoje resurse pažnje na ostvarivanje tih želja (Blatt i Quinn, 1967). Često takve osobe traže trenutno zadovoljstvo ili pohvalu, a zanemaruju dugoročne obaveze, odgovornosti i posljedice. Također, impulzivne osobe su sklonije brže donositi odluke, a raspon pažnje im je sužen što posljedično dovodi do prokrastinacije (Steel, 2007).

#### *1.6. Povezanost perfekcionizma i osobina ličnosti*

Kao što je utvrđena određena povezanost između prokrastinacije i neuroticizma, tako je uočena i pozitivna povezanost između neuroticizma i perfekcionizma i to onog maladaptivnog (Dunkley i sur., 2006). S obzirom na to da je perfekcionizam povezan s nižim sposobnostima prilagodbe kao i neuroticizam, može se pretpostaviti da postoji određena veza između perfekcionizma i neuroticizma. Flett i suradnici (1989) utvrdili su da postoji niska, ali statistički značajna povezanost između sebi orijentiranog perfekcionizma i neuroticizma te da postoji pozitivna povezanost između ove vrste perfekcionizma i anksioznosti. Rezultati toga istraživanja su u suprotnosti s onima Frosta i suradnika (1990) koji su utvrdili da je perfekcionizam usmjeren sebi zapravo pozitivan, odnosno, u svrhu ispunjenja vlastitih intrinzično motiviranih ciljeva osoba će bolje isplanirati aktivnosti koje vode cilju. Može se zaključiti da prilikom tumačenja rezultata treba obratiti pozornost na to mjeri li se ukupni perfekcionizam ili njegove dimenzije (adaptivni i maladaptivni) jer rezultati istraživanja pokazuju da postoje elementi neuroticizma i anksioznosti u perfekcionizmu (Flett i sur., 1989). Što se ostalih osobina ličnosti tiče, istraživanje Dunkleya i suradnika (2006) pokazalo je da postoji negativna korelacija perfekcionizma s ekstraverzijom, ugodnosti i savjesnosti. S obzirom na to da osobe koje postižu visoke rezultate na dimenziji maladaptivnog perfekcionizma imaju nerealistična očekivanja od drugih ljudi, one istovremeno postižu niske

rezultate na dimenziji ugodnosti (Navarez i Cayubitu, 2011). Suprotno maladaptivnom perfekcionizmu, za adaptivni je utvrđeno da pozitivno korelira s ekstraverzijom, ugodnošću i savjesnošću, a negativno s neuroticizmom (Hill, McIntire i Bacharach, 1997; Dunkley i sur., 2006). U prilog adaptivnom perfekcionizmu ide istraživanje Ulu i Tezera (2010) koji su utvrdili da osobe koje imaju (zdrave) visoke standarde imaju osobine orijentirane na postignuće, savjesne su i ekstravertirane. S obzirom na sve prethodno navedeno, očekujemo statistički značajnu povezanost između obje vrste perfekcionizma i osobina ličnosti.

Temeljem svega navedenog, vidljivo je da postoji velik broj istraživanja usmjerenih na prokrastinaciju, perfekcionizam i osobine ličnosti i njihove međudnose. Međutim, rezultati tih istraživanja nisu uvijek jednoznačni. Tako je, na primjer, Seo (2008) utvrdio da studenti koji su visoko na dimenziji maladaptivnog perfekcionizma prokrastiniraju više dok s druge strane Harrison (2014) nije utvrdio značajnu povezanost između ova dva konstrukta. Obaveze s kojima se studenti susreću prilikom svog studiranja nerijetko od njih zahtijevaju kontinuiran rad kao i mogućnost da više zadataka odrade u kratkom vremenskom roku. Tu do izražaja dolaze njihovi mehanizmi suočavanja, osobine ličnosti kao i sklonost perfekcionizmu. Osobe koje imaju visoke standarde su orijentirane na postignuće, kompetentne i ekstravertirane (Ulu i Tezer, 2010). Tako se studentska populacija čini kao prikladan uzorak za istraživanje kojim se nastoji utvrditi odnos između prokrastinacije, perfekcionizma i osobina ličnosti.



## **2. Cilj i problemi istraživanja**

Cilj istraživanja bio je utvrditi odnos između prokrastinacije, osobina ličnosti i perfekcionizma te provjeriti mogućnost predviđanja prokrastinacije na temelju osobina ličnosti i perfekcionizma. U skladu s ciljem istraživanja, formulirani su sljedeći istraživački problemi i hipoteze:

- 1.** Ispitati razlike u stupnju prokrastinacije između studenata različitih razina studija (preddiplomski, integrirani, diplomski).

Hipoteza 1: Postoji statistički značajna razlika između studenata različitih razina studija s obzirom na stupanj prokrastinacije i to na način da će studenti preddiplomske razine studija više prokrastinirati.

- 2.** Ispitati odnos između prokrastinacije, osobina ličnosti i perfekcionizma.

Hipoteza 2: Prokrastinacija će biti negativno povezana s adaptivnim perfekcionizmom, savjesnosti i ugodnosti, a pozitivno s maladaptivnim perfekcionizmom, neuroticizmom i ekstraverzijom.

- 3.** Ispitati mogućnost predviđanja prokrastinacije na temelju osobina ličnosti i perfekcionizma.

Hipoteza 3: Adaptivni i maladaptivni perfekcionizam, neuroticizam i savjesnost bit će značajni prediktori prokrastinacije.

### 3. Metoda

#### 3.1. Sudionici

U ovom istraživanju sudjelovalo je 495 studenata s područja Republike Hrvatske, od toga 419 (84,6%) žena, 71 (14,3%) muškarac, a 5 (1%) osoba se nije željelo izjasniti po pitanju spola. Uzorak je obuhvaćao studente prve ( $N = 87$ ), druge ( $N = 79$ ), treće ( $N = 66$ ), četvrte ( $N = 91$ ), pete ( $N = 99$ ), šeste ( $N = 9$ ) i apsolventske ( $N = 64$ ) godine studija. Prosječna dob sudionika bila je, kao i medijan dobi, 23 godine ( $M = 23,07$ ,  $SD = 3,69$ ,  $TR = 18-53$ ).

#### 3.2. Instrumenti

##### 3.2.1. Revidirana skala težnje perfekcionizmu

Za mjerenje težnje perfekcionizmu korištena je Revidirana skala težnje perfekcionizmu (*Almost Perfect Scale – Revised*, APS-R) Slaneya i suradnika (2001). Hrvatska i adaptirana verzija skale (Lauri Korajlija i sur., 2003) sastoji se, kao i originalna, od 23 tvrdnje za koje sudionici procjenjuju u kojoj mjeri se slažu na skali Likertovog tipa od sedam stupnjeva (od 1 – uopće se ne slažem do 7 – u potpunosti se slažem). Skala obuhvaća tri dimenzije perfekcionizma: visoki standardi (7 čestica, npr. *Imam visoka očekivanja za sebe*), red (4 čestice, npr. *Ja sam osoba koja voli red*) i diskrepancija (12 čestica, npr. *Rijetko ostvarujem svoja visoka očekivanja*). Subskale visoki standardi i red odnose se na adaptivni perfekcionizam, dok subskala diskrepancija odražava razlike između stremljenja ka savršenstvu i postavljanja perfekcionistačkih ciljeva od stvarnog postizanja tih ciljeva što razlikuje adaptivne od maladaptivnih perfekcionista. Ukupan rezultat za svakog sudionika dobije se zbrajanjem odgovora na svim tvrdnjama, pri čemu viši ukupni rezultat ukazuje na veći perfekcionizam. Osim ukupnog rezultata, moguće je izračunati i rezultate na pojedinim subskalama odnosno dimenzijama perfekcionizma i to zbrajanjem rezultata na onim tvrdnjama koje čine tu dimenziju. Dimenzija diskrepancija predstavlja skalu maladaptivnog perfekcionizma, dok dimenzije red i visoki standardi, zajedno zbrojene, predstavljaju skalu adaptivnog perfekcionizma. Teorijski raspon cijele skale za ukupni perfekcionizam kreće se od 23 do 161, dok teorijski rasponi pojedinih subskala iznose: red (4-28), visoki standardi (7-49), diskrepancija (12-84). U istraživanju Rice i Ashby (2007) pouzdanosti subskala Revidirane skale težnje perfekcionizmu bili su sljedeći: visoki standardi ( $\alpha = 0,86$ ), red ( $\alpha = 0,87$ ) i

*diskrepancija* ( $\alpha = 0,93$ ). Različita istraživanja utvrdila su pouzdanost cijele skale od  $\alpha = 0,85$  do  $\alpha = 0,89$  (Aydin, 2013; Slaney i sur., 2001). Pouzdanost Revidirane skale težnje perfekcionizmu u ovom istraživanju izražena Cronbachovim  $\alpha$  iznosi  $\alpha = 0,91$ , dok pouzdanosti subskala iznose: *visoki standardi* ( $\alpha = 0,84$ ), *red* ( $\alpha = 0,88$ ) i *diskrepancija* ( $\alpha = 0,95$ ).

### 3.2.2. Petofaktorski upitnik ličnosti

Za ispitivanje osobina ličnosti (neuroticizam, ekstraverzija, ugodnost, savjesnost i otvorenost prema iskustvu) korišten je Petofaktorski upitnik ličnosti – BFI (*Big Five Inventory*, Benet-Martinez i John, 1998). Njegova hrvatska verzija (Kardum i sur., 2006) sastoji se od ukupno 44 čestice podijeljenih u pet subskala: neuroticizam (8 čestica, npr. *Sebe vidim kao osobu koja je jako zabrinuta*), ekstraverzija (8 čestica, npr. *Sebe vidim kao osobu koja je puna energije*), ugodnost (9 čestica, npr. *Sebe vidim kao osobu koja je blage, pomirljive prirode*), savjesnost (9 čestica, npr. *Sebe vidim kao osobu koja temeljito obavlja posao*) i otvorenost prema iskustvu (10 čestica, npr. *Sebe vidim kao osobu koja je radoznala i zanimaju je brojne različite stvari*). Sudionici na skali Likertovog tipa od 5 stupnjeva procjenjuju u kojoj mjeri se slažu s pojedinom tvrdnjom, pri čemu 1 znači *uopće se ne slažem*, a 5 *u potpunosti se slažem*. Ukupan rezultat na Petofaktorskom upitniku ličnosti utvrđuje se za svaku subskalu zasebno, i to zbrajanjem procjena sudionika na česticama koje sadrži pojedini faktor. Prema Jurić (2004), izvorne pouzdanosti Cronbach  $\alpha$  iznosile su: ekstraverzija ( $\alpha = 0,91$ ), ugodnost ( $\alpha = 0,84$ ), savjesnost ( $\alpha = 0,87$ ), neuroticizam ( $\alpha = 0,86$ ) i otvorenost prema iskustvu ( $\alpha = 0,84$ ). Cronbachov  $\alpha$  koeficijenti utvrđeni u ovom istraživanju iznose: neuroticizam ( $\alpha = 0,83$ ), ekstraverzija ( $\alpha = 0,85$ ), ugodnost ( $\alpha = 0,70$ ), savjesnost ( $\alpha = 0,84$ ) i otvorenost prema iskustvu ( $\alpha = 0,84$ ).

### 3.2.3. Tuckmanova skala prokrastinacije

Za mjerenje sklonosti odgađanju obaveza, odnosno prokrastinacije, korištena je Tuckmanova skala prokrastinacije (*Tuckman Procrastination Scale*, TPS; Tuckman, 1991), odnosno točnije njena hrvatska verzija (Košanski, 2004). Skala u skraćenoj verziji ima 16 čestica (npr. *Odgadam započeti stvari koje ne volim raditi*). Zadatak sudionika je procijeniti u kojem stupnju se svaka od tvrdnji odnosi na njega na skali od 4 stupnja (od 1 – *uopće se ne odnosi na mene* do 4 – *u potpunosti se odnosi na mene*). Ukupan rezultat utvrđuje se zbrajanjem rezultata na svim česticama, a teorijski raspon rezultata kreće se od 16 do 64. Viši rezultat na

skali ukazuje na veću sklonost odgađanju obaveza odnosno prokrastinaciji. Analiza pouzdanosti izražena Cronbachovim alpha koeficijentom (Tuckman, 1991) pokazala je da se pouzdanost skale kreće od  $\alpha = 0,86$  do  $\alpha = 0,89$ , dok je pouzdanost u ovom istraživanju iznosila  $\alpha = 0,95$ .

#### 3.2.4. Sociodemografski podaci

U svrhu ovog istraživanja sudionicima su postavljena pitanja o dobi i spolu. Zatim su postavljena pitanja vezana za studij i to razini i godini studija, području studija, nazivu i smjeru studija, prosjeku ocjena zadnje završene godine studija (ili zadnjeg razreda srednje škole) te jesu li redovan ili izvanredan student. Sudionike se pitalo i jesu li zaposleni uz studij, studiraju li van mjesta prebivališta, gdje i s kim žive te kako bi procijenili svoj životni standard.

#### 3.3. Postupak

Istraživanje je provedeno u razdoblju od veljače do travnja 2022. godine i to *online* putem. Internetska poveznica koja je vodila na upitnik izrađen uz pomoć *Google forms* alata objavljena je u nekoliko različitih grupa na društvenim mrežama čiji su članovi ciljana populacija istraživanja odnosno studenti te je poslana na *mailing* liste studenata. Sudionici su ispunjavali upitnik u trajanju od oko 15 minuta. Na početku upitnika, sudionici su upoznati s ciljem istraživanja, osiguranoj anonimnosti i povjerljivosti podataka, te s time da od ispunjavanja upitnika mogu odustati u bilo kojem trenutku. Nastavljanjem s ispunjavanjem dali su svoj pristanak za sudjelovanje u istraživanju. Prije svake skale u upitniku bila je navedena kratka uputa za ispunjavanje. Od sudionika su prvo zatraženi neki demografski podaci, a zatim su redom ispunjavali: Tuckmanovu skalu prokrastinacije (TPS), Revidiranu skalu težnje perfekcionizmu – APS-R i Petofaktorski upitnik ličnosti – BFI. Nakon ispunjavanja sudionici su zaključali svoje odgovore i njihovi odgovori su zabilježeni.

## 4. Rezultati

### 4.1. Deskriptivna analiza podataka

U Tablici 1. nalaze se deskriptivni podaci vezani uz varijable prokrastinacije, perfekcionizma i petofaktorskog modela ličnosti.

Tablica 1. Deskriptivne statističke vrijednosti varijabli korištenih u istraživanju ( $N=495$ )

	<i>M</i>	<i>SD</i>	Min	Max	K-S Test	S-W Test	Asimetričnost	Spljoštenost
Dob	23,07	3,69	18	53	0,168**	0,752**	3,27	19,56
Prosjeck ocjena	4,09	0,61	2,3	5	0,103**	0,958**	-0,522	-0,373
Prokrastinacija	3,21	0,99	1,06	5	0,07**	0,97**	-0,24	0,22
Adaptivni perfekcionizam	5,54	0,99	2,18	7	0,08**	0,95**	-0,76	0,21
Maladaptivni perfekcionizam	3,96	1,55	1	7	0,06**	0,97**	0,17	-0,97
Ekstraverzija	3,31	0,86	1	5	0,06**	0,98**	-0,25	-0,60
Ugodnost	3,54	0,62	1,44	5	0,07**	0,99*	-0,27	-0,11
Savjesnost	3,45	0,76	1,11	5	0,06**	0,99**	-0,33	-0,27
Neuroticizam	3,10	0,85	1	5	0,06*	0,99*	0,07	-0,52
Otvorenost prema iskustvu	3,70	0,85	1,6	5	0,07**	0,96**	-0,39	-0,37

*Napomena:* K-S test = Kolmogorov-Smirnovljevi test normalnosti distribucije, S-W test = Shapiro-Wilks test normalnosti distribucije, \*\* $p < 0,01$ ; \* $p < 0,05$

Prosječna vrijednost prokrastinacije ( $M = 3,21$ ;  $SD = 0,99$ ) kretala se iznad srednje vrijednosti teorijskog raspona što ukazuje na to da studenti u ovom uzorku u prosjeku imaju nešto izraženiju prokrastinaciju. Kada je riječ o subskalama petofaktorskog modela ličnosti, prosječna vrijednost subskala kretala se malo iznad srednje vrijednosti teorijskog raspona. Na skali otvorenosti prema iskustvu studenti su postizali nešto više rezultate ( $M = 3,70$ ;  $SD = 0,85$ ), iz čega se može zaključiti da su se sudionici predstavljali kao otvorene osobe. Sudionici su na

skali neuroticizma u usporedbi s drugim subskalama petfaktorskog modela ličnosti imali najniže vrijednosti ( $M = 3,10$ ;  $SD = 0,85$ ). Sudionici su imali više srednje vrijednosti na adaptivnom ( $M = 5,54$ ;  $SD = 0,99$ ) nego maladaptivnom perfekcionizmu ( $M = 3,96$ ;  $SD = 1,55$ ). Prosječna dob sudionika ovog istraživanja bila je 23 godine ( $M = 23,07$ ;  $SD = 3,69$ ), dok je prosjek ocjena iznosio  $M = 4,09$  ( $SD = 0,61$ ).

Kada zaključujemo o normalnosti distribucija rezultata na skalama, vrijednosti simetričnosti i spljoštenosti trebale bi u idealnom slučaju biti što bliže nuli, no u realnosti podaci često odstupaju od idealno normalne raspodjele. Stoga, mala odstupanja od nulnih vrijednosti nisu problematična, osim u slučajevima kada su vrijednosti spljoštenosti i simetričnosti izrazito više od pripadajućih standardnih pogrešaka. Stoga je potrebno podijeliti vrijednost s pripadajućom pogreškom čime se dobiva  $z$ -vrijednost. Simetričnost i spljoštenost distribucije smatra se približno normalnom ukoliko se  $z$ -vrijednost nalazi u intervalu od  $-1,96$  do  $+1,96$ . Varijable dobi, maladaptivnog perfekcioniza i neuroticizma su jedine bile pozitivno asimetrične, što ukazuje na grupiranje rezultata prema nižim vrijednostima. Sve ostale varijable su bile negativno asimetrične, odnosno ukazuju na grupiranje rezultata prema višim vrijednostima (Tablica 1).

U sklopu deskriptivne analize podataka također su provedeni Kolmogorov-Smirnov i Shapiro-Wilk testovi normalnosti distribucija. Primjenom Kolmogorov-Smirnovljevog testa, uočeno je da distribucije rezultata na svim skalama značajno odstupaju od normalne (Tablica 1). Analizom reziduala varijabli koje su bile izvan granica normalnosti utvrđeno je da ne odstupaju od normalne raspodjele te, s obzirom na navedeno, smatramo da je opravdano koristiti parametrijske statističke postupke u daljnjoj analizi.

#### *4.2. Analiza razlike u stupnju prokrastinacije s obzirom na razinu studija*

Kako bismo odgovorili na prvi problem ovog istraživanja, koji je bio ispitati razlike u stupnju prokrastinacije između studenata različitih razina studija (preddiplomski, integrirani, diplomski), provedena je jednosmjerna ANOVA.

Tablica 2. *Prikaz prosječnih vrijednosti rezultata studenata na skali prokrastinacije*

		N	Min	Max	M	Sd
	Diplomski	186	1,06	5,00	3,21	1,01
Razina studiranja	Integrirani	107	1,06	4,88	3,16	0,98
	Preddiplomski	202	1,06	5,00	3,25	1,00

Rezultati su pokazali da razlika među studentima s obzirom na razinu studija nije statistički značajna ( $F = 0,295$ ,  $p > 0,01$ ), što znači da nema razlike između studenata različitih razina studija s obzirom na stupanj prokrastinacije (Tablica 2).

#### *4.3. Povezanost prokrastinacije, perfekcionizma i osobina ličnosti*

Da bismo odgovorili na drugi problem istraživanja, koji je bio ispitati odnos između prokrastinacije, osobina ličnosti i perfekcionizma, analizirana je povezanost između prokrastinacije i adaptivnog i maladaptivnog perfekcionizma i osobina ličnosti (Tablica 3).

Tablica 3. Pearsonovi koeficijenti korelacija između prokrastinacije, perfekcionizma i petofaktorskog modela ličnosti

	1	2	3	4	5	6	7	8
Ekstraverzija	1	0,06	0,37**	-0,31**	0,27**	0,14*	-0,34**	-0,31**
Ugodnost	0,06	1	0,19**	-0,32**	0,10*	0,10*	-0,12*	-0,12*
Savjesnost	0,37**	0,19**	1	-0,31**	0,17**	0,61**	-0,26**	0,70**
Neuroticizam	-0,31**	0,32**	-0,31**	1	-0,15*	0,11*	0,55**	0,37**
Otvorenost	0,27**	0,09*	0,17**	-0,15**	1	0,25**	-0,01	-0,06
Adaptivni perfekcionizam	0,14*	0,09*	0,61**	0,11*	0,25**	1	0,24**	-0,33**
Malaadaptivni perfekcionizam	-0,34**	-0,13*	-0,26**	0,55**	-0,01	0,24**	1	0,40**
Prokrastinacija	-0,31**	-0,12*	-0,70**	0,37**	-0,06	-0,33**	0,40**	1

Napomena: \*\* $p < 0,01$ ; \* $p < 0,05$

Utvrđena je statistički značajna negativna, no niska povezanost između prokrastinacije i adaptivnog perfekcionizma, što znači da studenti koji postižu niže rezultati na skali adaptivnog perfekcionizma više prokrastiniraju ( $r = -0,33$ ;  $p < 0,01$ ).

Prokrastinacija je značajno povezana i s maladaptivnim perfekcionizmom. Utvrđena srednja visoka pozitivna korelacija ukazuje na to da osobe koje postižu više rezultate na dimenziji maladaptivnog perfekcionizma više prokrastiniraju, odnosno više vrijednosti maladaptivnog perfekcionizma kod studenata odgovaraju višim vrijednostima prokrastinacije ( $r = 0,40$ ;  $p < 0,01$ )

Adaptivni i maladaptivni perfekcionizam su u statistički značajnoj niskoj pozitivnoj korelaciji ( $r = 0,24$ ;  $p < 0,01$ ), što znači da osobe koje postižu visoke rezultate na skali adaptivnog perfekcionizma postižu i visoke rezultate na skali maladaptivnog perfekcionizma i obrnuto.

Utvrđeni su značajni koeficijenti korelacije između adaptivnog perfekcionizma i svih subskala petfaktorskog modela ličnosti. Povezanost adaptivnog perfekcionizma i savjesnosti je pozitivna i visoka ( $r = 0,61$ ;  $p < 0,01$ ), dok je povezanost adaptivnog perfekcionizma i ostalih



subskala, ekstraverzije ( $r = 0,14$ ;  $p < 0,01$ ), ugodnosti ( $r = 0,09$ ;  $p < 0,05$ ), otvorenosti prema iskustvu ( $r = 0,25$ ;  $p < 0,01$ ) i neuroticizma ( $r = 0,11$ ;  $p < 0,05$ ), bila pozitivna i niska. Ovaj nalaz pokazuje da što su osobe ekstravertiranije, ugodnije, savjesnije, otvorenije prema iskustvu i neurotičnije, postižu viši rezultat na skali adaptivnog perfekcionizma.

Maladaptivni perfekcionizam bio je značajno pozitivno povezan s neuroticizmom ( $r = 0,55$ ;  $p < 0,01$ ), dok su utvrđene značajne negativne niske korelacije između maladaptivnog perfekcionizma i ekstraverzije ( $r = -0,34$ ;  $p < 0,01$ ), savjesnosti ( $r = -0,26$ ;  $p < 0,01$ ) i ugodnosti ( $r = -0,13$ ;  $p < 0,01$ ). Ovaj nalaz upućuje na zaključak da što su osobe introvertiranije, manje savjesne i manje ugodne postižu više rezultate na skali maladaptivnog perfekcionizma.

Značajni negativni koeficijenti korelacije utvrđeni su između prokrastinacije i savjesnosti ( $r = -0,70$ ;  $p < 0,01$ ), ekstraverzije ( $r = -0,31$ ;  $p < 0,01$ ), i ugodnosti ( $r = -0,12$ ;  $p < 0,01$ ). Prokrastinacija i neuroticizam u ovom istraživanju bili su u srednje visokoj pozitivnoj korelaciji ( $r = 0,37$ ;  $p < 0,01$ ). Ovaj nalaz sugerira da što su osobe introvertiranije i neurotičnije, a manje savjesne i ugodne, postižu više rezultate na skali prokrastinacije

Utvrđena je statistički značajna niska negativna povezanost između prokrastinacije i prosjeka ocjena ( $r = -0,19$ ;  $p < 0,01$ ), odnosno sudionici koji više prokrastiniraju imaju niži prosjek ocjena, dok se povezanost između dobi i prokrastinacije nije pokazala statistički značajnom ( $r = -0,002$ ;  $p > 0,01$ ).

#### *4.4. Doprinos perfekcionizma i petofaktorskog modela ličnosti u objašnjavanju prokrastinacije*

Treći problem ovog istraživanja bio je ispitati mogućnost predviđanja prokrastinacije na temelju osobina ličnosti i perfekcionizma. Prethodno su navedeni zadovoljavajući kriteriji spljoštenosti i simetričnosti koji ukazuju na približnu normalnost distribucija te su utvrđene povezanosti pojedinih prediktorskih varijabli za koje je procijenjeno da ne bi trebale značajno utjecati na rezultate regresijske analize. Kako bi se ispitao doprinos perfekcionizma i osobina ličnosti u objašnjenju prokrastinacije provedena je multipla regresijska analiza. U Tablici 4. prikazani su rezultati provedene analize.

Tablica 4. Rezultati multiple regresijske analize s prokrastinacijom kao kriterijem (N=494)

Prediktori	<i>B</i>	<i>SE B</i>	$\beta$	<i>T</i>
Ekstraverzija	-0,01	0,35	-0,01	-0,23
Ugodnost	0,08	0,41	0,05	1,48
Savjesnost	-0,80	0,05	-0,61	-12,71**
Otvorenost	0,09	0,05	0,06	1,93
Neuroticizam	0,11	0,05	0,10	2,41*
Adaptivni perf	-0,04	0,05	-0,04	-0,77
Maladaptivni perf	0,13	0,03	0,20	4,87**
<i>F</i> (7,487) = 83,40**				
$R^2 = 0,545$				

Napomena: *SE B* – standardna pogreška od *B*; \*\*  $p < 0,001$ , \* $p < 0,05$

Rezultati multiple regresijske analize s prokrastinacijom kao kriterijem, prikazani u Tablici 4., pokazuju kako se prediktorskim varijablama može objasniti 54,5% ukupne varijance prokrastinacije ( $R^2 = 0,545$ ).

Kao što se može vidjeti u Tablici 4., značajnim prediktorima pokazali su se savjesnost ( $\beta = -0,61$ ;  $p < 0,001$ ), neuroticizam ( $\beta = 0,10$ ;  $p < 0,05$ ) i maladaptivni perfekcionizam ( $\beta = 0,20$ ,  $p < 0,001$ ).

## 5. Rasprava

Glavni cilj ovog istraživanja bio je utvrditi odnos između prokrastinacije, osobina ličnosti i perfekcionizma te provjeriti mogućnost predviđanja prokrastinacije na temelju osobina ličnosti i perfekcionizma.

Prvi istraživački problem bio je ispitati razlike u stupnju prokrastinacije između studenata različitih razina studija (preddiplomski, integrirani, diplomski). Sukladno tome, prva pretpostavka bila je da postoji statistički značajna razlika između studenata različitih razina studija s obzirom na stupanj prokrastinacije i to na način da će studenti preddiplomske razine studija više prokrastinirati. Rezultati jednosmjerne analize varijance nisu potvrdili našu pretpostavku, odnosno, nisu utvrđene statistički značajne razlike između studenata različitih razina studija s obzirom na stupanj prokrastinacije. Rezultati prethodnih istraživanja nisu jednoznačni po ovom pitanju. Prokrastinacija je prisutna kod studenata svih razina studija (preddiplomski i diplomski) no, prema Onwuegbuzieju (2004), studenti viših razina studija (diplomski/ absolventi) više prokrastiniraju nego oni na nižim razinama studija. Ova razlika može se objasniti time što su studenti na višim razinama studija već zamoreni od obaveza na studiju, dok mlađi studenti, odnosno oni na nižim razinama studija, još uvijek imaju dovoljno dobro razvijenu svijest o tome da ih prokrastinacija može unazaditi odnosno spriječiti njihov dobar uspjeh na studiju. Studenti diplomskih studija imaju motivaciju za smanjenjem prokrastinacije, ali je ona ukorijenjena u njihovo ponašanje pa je potrebno još istraživanja kako bi se razumjeli razlozi njenog nastanka i načini smanjenja (Kachgal i sur., 2001). Suprotno ovim nalazima, ali i dalje nekonzistentno s rezultatima ovog istraživanja, Ozer (2011) je utvrdio da studenti preddiplomske razine studija češće prokrastiniraju kada je riječ o učenju za ispite, pisanju seminara i tjednih zadataka. Rahimi i Hall (2021) su u recentnom istraživanju utvrdili da studenti preddiplomskog studija zaista prokrastiniraju više, ali na te razlike utječu i drugi čimbenici, poput straha od neuspjeha i odbojnosti prema zadatku. Nekonzistentnost u rezultatima ovih istraživanja upućuje na to da prokrastinacija u akademskom svijetu zahtijeva još više istraživanja, ali i uključivanje drugih varijabli da bi se rezultati bolje razumjeli. Tako bi u kontekstu odgađanja obaveza trebalo provjeriti ispitanikovu motivaciju za područjem studiranja, vrijeme studiranja, do sada postignuti uspjeh, načine na koje uče i sl.

Drugi istraživački problem bio je ispitati odnos između prokrastinacije, osobina ličnosti i perfekcionizma. Druga hipoteza istraživanja bila je da će prokrastinacija biti negativno

povezana s adaptivnim perfekcionizmom, savjesnosti i ugodnosti, a pozitivno s maladaptivnim perfekcionizmom, neuroticizmom i ekstraverzijom. Utvrđena je statistički značajna negativna povezanost između prokrastinacije i adaptivnog perfekcionizma. Što su studenti imali niži rezultat na dimenziji adaptivnog perfekcionizma, to je njihov rezultat na skali prokrastinacije bio viši. Nadalje, utvrđena je pozitivna korelacija između prokrastinacije i maladaptivnog perfekcionizma, odnosno što su studenti postizali više rezultate na dimenziji maladaptivnog perfekcionizma, to su više prokrastinirali. Adaptivni perfekcionizam po svojoj definiciji sastoji se od organiziranosti, sebi usmjerenog perfekcionizma i drugima usmjerenog perfekcionizma (Frost i sur., 1990). S obzirom da adaptivni perfekcionista samima sebi postavljaju visoke ciljeve, zbog kojih će, kada ih ostvare, biti sretni i zadovoljni, može se zaključiti da oni nemaju razloga prokrastinirati. Prokrastinacija bi ih spriječila u njihovom naumu, ne bi uspjeli ostvariti zacrtani cilj i posljedično im ne bi poraslo samopouzdanje koje je ovim osobama izrazito važno. Ono što adaptivni perfekcionista imaju razvijeno, a bitno je za prokrastinaciju, je samoeфикаsnost (Seo, 2008), odnosno samoeфикаsnost je medijator između adaptivnog perfekcionizma i prokrastinacije i ta kombinacija dovodi do pozitivnih ishoda, odnosno, manje prokrastinacije. Athulya i suradnici (2016) također smatraju da adaptivni perfekcionista manje prokrastiniraju u usporedbi s maladaptivnim perfekcionista i to objašnjavaju time da adaptivni perfekcionista ulažu svoje resurse da bi se suočili s problemima, razvili organizacijske vještine i fokusirani su. S druge strane, osobe koje karakterizira maladaptivni perfekcionizam često pribjegavaju izbjegavanju obaveza zbog svoje anksioznosti što u konačnici dovodi do viših razina prokrastinacije u odnosu na adaptivne perfekcionista (Anthony i sur., 1998). Ovim pregledom možemo zaključiti da nalazi ovog istraživanja potvrđuju nalaze prethodnih istraživanja.

Nadalje, rezultati korelacijske analize pokazali su da postoji značajna negativna povezanost između prokrastinacije te ekstraverzije, savjesnosti i ugodnosti. Osobe koje su introvertiranije, manje savjesne i manje ugodne, više prokrastiniraju. Lay i suradnici (1998) definirali su savjesnost kao impuls kontrole koji upravlja cilju usmjerenim ponašanjem, odgodom zadovoljenja potrebe, praćenjem normi i pravila, planiranjem i organiziranjem. Istraživanje Schera i Ostermana (2002) pokazalo je da prokrastinacija i savjesnost vrlo visoko koreliraju, a autori smatraju da je korelacija toliko visoka da su ove osobine u nekoj mjeri redundantne. Također, Lay i suradnici (1998) potvrdili su da prokrastinacija predstavlja aspekt niske savjesnosti. U trenutnom istraživanju savjesnost je bila u najvećoj korelaciji s prokrastinacijom i pokazala se najznačajnijim prediktorom prokrastinacije. To bi značilo da što

je osoba manje savjesna, to više prokrastinira. Oni koji su manje savjesni zapravo ne vide ili ne žele vidjeti pravu važnost zadatka i važnost njegovog ispunjavanja. Istraživanja o povezanosti prokrastinacije i ekstraverzije su oprečna. Tako suprotno našim nalazima prema kojima su ekstraverti manje skloni prokrastiniranju, Steel i Klingsieck (2016) su utvrdili da se ekstraverzija pokazala najčešćim razlogom za prokrastiniranjem, odnosno ekstravertiranije osobe odgađaju obaveze zato što imaju potrebu raditi nešto zanimljivije ili imaju potrebu za druženjem. Međutim, u skladu s rezultatima našeg istraživanja je su rezultati koje su dobili Kim i suradnici (2017). Oni tako navode kako ekstravertirani pojedinci manje prokrastiniraju jer su to aktivni i asertivni pojedinci koji užitek pronalaze u sudjelovanju u brojnim aktivnostima, držanju dane situacije pod kontrolom i usmjereni su na cilj (Kim i sur., 2017). U kontekstu akademske prokrastinacije i ekstraverzije, možemo spomenuti kako ekstravertirani studenti vjerojatno jedni druge motiviraju na izvršenje cilja i postizanje uspjeha, zajedničkim radom dolaze do rješenja i slično.

Rezultati ovog istraživanja su pokazali da su prokrastinacija i neuroticizam u pozitivnoj korelaciji. To je u skladu s dosadašnjim istraživanjima prema kojima neuroticizam korelira s prokrastinacijom, i to pozitivno, srednje do visoko (Lee i sur., 2006). Također, može se povući paralela između savjesnosti, neuroticizma i prokrastinacije. Prema Milgramu i Tenneu (2000) razlog povezanosti između neuroticizma i prokrastinacije može biti njihova zajednička povezanost sa savjesnosti. Naime, s obzirom na visoku negativnu korelaciju između dva faktora ličnosti, veza između neuroticizma i prokrastinacije, nakon parcijalizacije savjesnosti, ne razlikuje se statistički značajno od nule (Milgram i Tenne, 2000). Prema nekim autorima, odgađanje obaveza smatra se stilom života studenata, dok neki to promatraju kroz povezanost s osobinama ličnosti. Iako su istraživanja u tom smislu oprečna, odnosno, postoje različiti pogledi na prokrastinaciju, Tibbett i Ferrari (2015) su zaključili da je prokrastinacija povezana s neuroticizmom, a prokrastinacija koja se odnosi na donošenje neke odluke je zapravo povezana s prethodnim negativnim iskustvima.

Ovim istraživanjem utvrđena je i negativna korelacija između prokrastinacije i ugodnosti koja je, iako niska, statistički značajna. Rezultati prethodnih istraživanja nisu usuglašeni oko povezanosti između prokrastinacije i ugodnosti. Tako su, na primjer, Pierro i suradnici (2011) utvrdili da postoji umjerena statistički značajna pozitivna korelacija između prokrastinacije i ugodnosti, dok je ta korelacija u istraživanju Kima i suradnika (2017) bila negativna. Nekonzistentni rezultati mogu se objasniti razmatranjem različitih vrsta prokrastinacija, točnije aktivne i pasivne prokrastinacije. Iako se većina istraživanja temelji na pasivnoj prokrastinaciji,

istraživanja ukazuju na pozitivnu i značajnu povezanost aktivne prokrastinacije samo s emocionalnom stabilnošću i ekstraverzijom i to u modelu Velikih pet (Choi i Moran, 2009; Kim i sur., 2017). Osim toga, oni koji su visoko na skali ugodnosti u pravilu imaju dulji popis obaveza (tzv. *to do* liste) koji teško prate i lako se ometu, a ugodnost je negativan prediktor aktivne prokrastinacije, odnosno, oni koji su manje ugodni prokrastiniraju namjerno (Kim i sur., 2017; Zhou, 2019). Slijedom navedenoga može se zaključiti je da su rezultati prethodnih istraživanja nejednoznačni te bi trebalo detaljnije opisati konstrukt, odnosno, naglasiti ispituje li se istraživanjem aktivna ili pasivna prokrastinacija.

Sukladno svemu navedenome, možemo reći da druga pretpostavka nije u potpunosti potvrđena s obzirom na to da smo očekivali pozitivnu povezanost prokrastinacije i ekstraverzije, a rezultati su pokazali da je ta povezanost negativna. Ovakav rezultat bismo mogli objasniti uzorkom; studentska populacija najčešće se puno druži s vršnjacima, sudjeluju u zajedničkim aktivnostima, pomažu jedni drugima pa su u tom pogledu vjerojatno ekstravertirani i manje prokrastiniraju zbog timskog rada.

Utvrđena je značajna visoka pozitivna povezanost između maladaptivnog perfekcionizma i neuroticizma. Ovaj rezultat potvrđuje nalaze prethodnih istraživanja. Tako su, primjerice, Enns i suradnici (2001) na uzorku studenata medicine utvrdili povezanost adaptivnog i maladaptivnog perfekcionizma s neuroticizmom, ali je korelacija maladaptivnog perfekcionizma i neuroticizma ipak bila značajno veća. Logično objašnjenje pozitivne povezanosti između maladaptivnog perfekcionizma i neuroticizma jest u karakteristikama ovih dvaju osobina. Naime, neurotični i maladaptivni perfekcionista zapravo teže ka savršenstvu te se često osjećaju nedovoljno dobrima da bi odradili posao, bez obzira na rezultat. Također, Periasamy i Ashby (2002) utvrdili su povezanost adaptivnog perfekcionizma sa savjesnošću, a maladaptivnog perfekcionizma s neuroticizmom.

Negativna značajna korelacija utvrđena je između maladaptivnog perfekcionizma te ekstraverzije, savjesnosti i ugodnosti, odnosno, osobe koje su introvertiranije, manje savjesne i ugodne postižu više rezultate na skali maladaptivnog perfekcionizma. Nije utvrđena povezanost maladaptivnog perfekcionizma s otvorenosti prema iskustvu, ni u kojem smjeru.

Utvrđeni su značajni koeficijenti korelacije između adaptivnog perfekcionizma i svih pet dimenzija ličnosti, pri čemu su sve korelacije bile pozitivne te niske do visoke. Prema tome, osobe koje su ekstravertiranije, ugodnije, savjesnije, otvorenije prema iskustvu i neurotičnije postižu više rezultate na skali adaptivnog perfekcionizma, pri čemu je najveća korelacija

utvrđena za savjesnost. Rezultati prethodnih istraživanja su prilično konzistentni. Prema Lewis i Cardwell (2020) adaptivni perfekcionista nisu toliko skloni samokritiziranju, već su više usmjereni na težnju ka postignuću i postavljanje dostižnih ciljeva.

Posljednji problem ovog istraživanja bio je usmjeren na ispitivanje mogućnosti predviđanja prokrastinacije na temelju osobina ličnosti i perfekcionizma. Pretpostavka je bila da će adaptivni i maladaptivni perfekcionizam, neuroticizam i savjesnost biti značajni prediktori prokrastinacije. Rezultati su djelomično potvrdili tu pretpostavku, s obzirom na to da nije potvrđena očekivana značajnost svih navedenih prediktora. Značajnim prediktorima pokazali su se savjesnost kao najvažniji prediktor, neuroticizam i maladaptivni perfekcionizam. U skladu s time su rezultati prethodnih istraživanja. Za prediktivnu vrijednost savjesnosti možemo reći da su rezultati istraživanja prilično konzistentni. Savjesnost ima značajan negativan doprinos u objašnjavanju varijance prokrastinacije te se smatra najvažnijim prediktorom iste (Chamorro Premuzic i Furham, 2003; Sokić, 2021), što je utvrđeno i trenutnim istraživanjem. Navedeni nalazi potvrđuju teoriju da savjesnost podrazumijeva tendenciju za napornim radom, dobrom organizacijom, dobro strukturiranim pristupom rješavanju problema i dobrom samokontrolom (Lee i Ashton, 2004). Iz ovoga je moguće zaključiti da će više vrijednosti na skali savjesnosti predviđati niže razine prokrastinacije. Nadalje, Steel i suradnici (2001) navode da je razumno da neuroticizam predviđa prokrastinaciju. Autori tvrde da svoje viđenje temelje na Eysenckovoj hijerarhijskoj strukturi ličnosti prema kojoj osobina prokrastinacije može biti osobina nižeg reda koja je pod utjecajem osobine višeg reda, odnosno neuroticizma (Steel i sur., 2001). Milgram i Tenne (2000) se slažu s ovim nalazima i tvrde da je visok neuroticizam prediktor prokrastinacije donošenja odluka, dok je savjesnost dobar prediktor prokrastinacije izvršavanja zadatka. Osim toga, utvrdili su da i otvorenost prema iskustvu može biti dobar prediktor prokrastinacije. S obzirom na to da smo se u ovom istraživanju bavili samo prokrastinacijom općenito, ne možemo reći da su nalazi u potpunosti jednoznačni navedenima, ali idu u istom smjeru. Rezultati drugih istraživanja također pokazuju da neurotični pojedinci češće prokrastiniraju u donošenju odluka koje može biti manifestacija loših organizacijskih sposobnosti te da ne možemo donijeti odluku *kada* ćemo nešto napraviti ukoliko nismo prvo donijeli odluku da to zaista i napravimo (Lee i sur., 2006).

U trenutnom istraživanju, samo maladaptivni perfekcionizam imao je značajan doprinos u predviđanju prokrastinacije, dok se adaptivni perfekcionizam nije pokazao značajnim. Objašnjenje za ovakve rezultate može biti to da su pojedinci visoko na skali adaptivnog perfekcionizma otporniji i imaju nisko neprilagođeno međuljudsko funkcioniranje, što

vjerojatno ne bi bila odlika osoba koje prokrastiniraju. Prema Hewittu i Flettu (1991), osobe koje imaju izražen maladaptivni perfekcionizam često pribjegavaju obrambenim strategijama koje uključuju sumnjičavost, socijalno distanciranje i izbjegavanje odluka i radnji pa se stoga može zaključiti da će maladaptivni perfekcionizam dobro predviđati prokrastinaciju. Pojedinci koji su maladaptivni perfekcionista često su anksiozni tijekom izvršavanja zadataka što nerijetko dovodi do odgađanja zadataka ili odustajanja od njih (Anthony i sur., 1998). Sukladno navedenome, pretpostavka da će adaptivni i maladaptivni perfekcionizam, neuroticizam i savjesnost biti značajni prediktori prokrastinacije nije u potpunosti potvrđena.

### *Metodološka ograničenja i preporuke za buduća istraživanja*

Ovo istraživanje ima i neka ograničenja. Metodološka ograničenja prije svega tiču se načina provođenja istraživanja. *Online* istraživanje ne omogućuje istraživaču da bude siguran jesu li sudionici ozbiljno shvatili zadatak, jesu li razumjeli ono što se od njih traži i slično, a sudionici nisu imali priliku upitati istraživača za pojašnjenje eventualnih nejasnoća. Vrlo jasan je i problem nejednake raspodjele uzorka s obzirom na spol što onemogućava donošenje zaključaka o spolnim razlikama u prokrastinaciji. Većina sudionika u uzorku bile su žene i 84,6%. Nadalje, korišteni su upitnici samoprocjene, zbog čega postoji mogućnost davanja socijalno poželjnih odgovora. Preporuke za buduća istraživanja odnose se na obuhvaćanje većeg broja muških sudionika da bi raspodjela po spolu ujednačena te da bi se dodatno mogli donijeti zaključci o razlikama po spolu. Dodatno, trebalo bi ispitati i neke druge konstrukte koji bi mogli biti povezani s prokrastinacijom, primjerice motivaciju, kao što je ona za studijem koji pohađaju. S ciljem provjere rezultata o promjeni razine prokrastinacije za vrijeme studija i nakon zapošljavanja, moglo bi se provesti longitudinalno istraživanje na istim sudionicima. Dodatno objašnjenje za dobivene rezultate jest da je ovo istraživanje provedeno je za vrijeme pandemije COVID-19, što može značiti da su dobiveni rezultati posljedica tadašnjih okolnosti (*online* nastava, više vremena provedenog u kući, manja kontrola od strane nastavnika), te bi istraživanje trebalo ponoviti u vrijeme kada nema pandemije.

Što se tiče praktičnih implikacija, istraživanja o prokrastinaciji svakako su korisna u svijetu obrazovanja kako bi profesori bolje shvatili izazove s kojima se studenti susreću. Pritom, treba razdvojiti lijenost studenata od prokrastinacije koja je uvjetovana osobinama ličnosti ili drugim karakteristikama pojedinca koje nisu direktno pod njegovim utjecajem. Kao što je navedeno na početku, *online* istraživanje ima određene mane. Ovakvom vrstom istraživanja u



potpunosti smo prepušteni savjesti sudionika, odnosno tome hoće li nam zaista dati prave informacije o sebi. No, ovu spoznaju možemo upotrijebiti u svrhu praktičnih implikacija, odnosno da nam i sudjelovanje u ovakvom istraživanju može dati informacije o tome da su sudionici savjesni, ugodni i da ne prokrastiniraju. Ovim istraživanjem, unatoč njegovim ograničenjima, dan je doprinos istraživanju uloge osobina ličnosti i perfekcionizma u objašnjavanju prokrastinacije.

## 6. Zaključak

Cilj ovog istraživanja bio je utvrditi odnos između prokrastinacije, osobina ličnosti i perfekcionizma te provjeriti mogućnost predviđanja prokrastinacije na temelju osobina ličnosti i perfekcionizma.

1. Prvi istraživački problem bio je ispitati razlike u stupnju prokrastinacije između studenata različitih razina studija (preddiplomski, integrirani, diplomski). Nije utvrđena statistički značajna razlika između studenata različitih razina studija s obzirom na stupanj prokrastinacije te prva istraživačka hipoteza nije potvrđena.
2. Drugi istraživački problem bio je ispitati odnos između prokrastinacije, osobina ličnosti i perfekcionizma. Utvrđena je negativna, statistički značajna korelacija između prokrastinacije i adaptivnog perfekcionizma, savjesnosti, ugodnosti te ekstraverzije. Nadalje, utvrđena je pozitivna, statistički značajna korelacija između prokrastinacije i maladaptivnog perfekcionizma i neuroticizma. Druga hipoteza je djelomično potvrđena s obzirom na to da je, na temelju dosadašnjih istraživanja, očekivana pozitivna korelacija između prokrastinacije i ekstraverzije, a utvrđena korelacija bila je negativna.
3. Treći istraživački problem bio je ispitati mogućnost predviđanja prokrastinacije na temelju osobina ličnosti i perfekcionizma. Značajni prediktori prokrastinacije, utvrđeni multiplom regresijskom analizom, bili su savjesnost kao najznačajniji prediktor, maladaptivni perfekcionizam i neuroticizam. Ukupno je objašnjeno 54,5% varijance prokrastinacije. S obzirom na to da se adaptivni perfekcionizam nije pokazao značajnim prediktorom prokrastinacije, treća hipoteza ovog istraživanja djelomično je potvrđena.

## 7. Literatura

- Accordino, D.B., Accordino, M.P. i Slaney, R.B. (2000). An investigation of perfectionism, mental health, achievement and achievement motivation in adolescents. *Psychology in the Schools*, 37(6), 535-545.
- AlQudah, M.F., Alsubhien, A.M. i Al Heilat, M.Q. (2014). The relationship between the academic procrastination and self-efficacy among sample of King Saud University students. *Journal of Education and Practice*, 5(16), 101-111.
- Anthony, M.M., Purdon, C.L., Huta, V. i Swinson, R.P. (1998). Dimensions of perfectionism across the anxiety disorders. *Behaviour Research and Therapy*, 36(12), 1143-1154.
- Ashby, J.S. i Rice, K.G. (2002). Perfectionism, dysfunctional attitudes and self esteem: A structural equations analysis. *Journal of Counseling and Development*, 80(2), 197-203.
- Athulya, J., Sudhir, P.M. i Mariamma, P. (2016). Procrastination, perfectionism, coping and their relation to distress and self-esteem in college students. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 42(1), 82-91.
- Aydin, K.B. (2013). Cross cultural validity of the Almost perfect scale – revised on the college student sin the United States and Turkey. *Educational Research and Reviews*, 8(14), 1150-1157).
- Barać, J. (2011). *Povezanost nekih značajki ličnosti i akademskog uspjeha kod srednjoškolaca i studenata*. Diplomski rad. Filozofski fakultet Mostar. Sveučilište u Mostaru.
- Beier, M.E. i Ackerman, P.L. (2001). Current events knowledge in adults: An investigation of age, intelligence and nonability determinants. *Psychology and Aging*, 16(4), 615-628.
- Benet-Martinez, V. i John, O.P. (1998). Los Cinco Grandes across cultures and ethnic groups: Multitrait-multimethod analyses of the Big Five in Spanish and English. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(3), 729-750.
- Beswick, G., Rothblum, E. D. i Mann, L. (1988). Psychological antecedents of student decisions: Questions and answers. *American Psychologist*, 51(5), 469-477.
- Blatt, S.J., Quinlan, P. (1967). Punctual and procrastinating students: a study of temporal parameters. *Journal of Counseling Psychology*, 31(2), 169-174.

- Burka, J.B. i Yuen, L.M. (1983). *Procrastination: Why you do it what to do about it*. Da Capo Press.
- Burns, D.D. (1980). The perfectionist's script for self defeat. *Psychology Today*, 34-51.
- Cangialosi, B. i Dempsey, H.L. (2019). *Gender and age differences in procrastination*. Honors thesis in psychology. Jacksonville State University.
- Cao, L. (2012). Differences in procrastination and motivation between undergraduate and graduate students. *Journal of the Scholarship of Teaching and Learning*, 12(2), 39-46.
- Çapan, B.E. (2010). Relationship among perfectionism, academic procrastination and life satisfaction of university students. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 5, 1665-1671.
- Chamorro Premuzic, T. i Furnham, A. (2003). Personality predicts academic performance. *European Journal of Personality*, 17(3), 237-250.
- Chang, E.C. i Rand, K.L. (2000). Perfectionism as a predictor of subsequent adjustment: Evidence for a specific diathesis-stress mechanism among college students. *Journal of Counseling Psychology*, 47(1), 129-137.
- Choi, J.N. i Moran, S.V. (2009). Why not procrastinate? Development and validation of a new active procrastination scale. *Journal of Social Psychology*, 149(2), 195-211.
- Costa, P.T. i McCrae, R.R. (1992). The five-factor model of personality and its relevance to personality disorders. *Journal of Personality Disorders*, 6(4), 343-359.
- Dervishaliaj, E. i Xhelili, G. (2013). Academic procrastination and locus of control in graduated students. *Fakulteti i Shkencave Humane*, Bulevardi Vlore-Skele.
- Dunkley, D.M., Sanislow, C.A., Grilo, C.M. i Thomas, H.M. (2006). Perfectionism and depressive symptoms 3 years later: negative social interactions, avoidant coping and perceived social support as mediators. *Comprehensive Psychiatry*, 47(2), 106-115.
- Ebadi, S. i Shakoorezadeh, R. (2015). Investigation of academic procrastination prevalence and its relationship with academic self-regulation and achievement motivation among high-school students in Tehran City. *International Education Studies*, 8(10), 193-199.
- Ellis, A. i Knaus, W. J. (1977). *Overcoming procrastination*. Signet.

- Enns, M.W., Cox, B.F., Sareen, F. i Freeman, P. (2001). Adaptive and maladaptive perfectionism in medical students: A longitudinal investigation. *Medical Education*, 35, 1034-1042.
- Ferrari, J. R., i Emmons, R. A. (1995). Methods of procrastination and their relation to self-control and self-reinforcement: An exploratory study. *Journal of Social Behavior and Personality*, 10(1), 135–142.
- Flett, G. L. i Hewitt, P. L. (2002). Perfectionism and maladjustment: An overview of theoretical, definitional, and treatment issues. U G. L. Hewitt (ur.), *Perfectionism: Theory, Research, and Treatment* (str. 5-31). American Psychological Association.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L. i Dyck, D. G. (1989). Self-oriented perfectionism, neuroticism and anxiety. *Personality and Individual Differences*, 10(7), 731-735.
- Flett, G.L., Hewitt, P.L. i Martin, T.R. (1995). Dimensions of perfectionism and procrastination. U J.R. Ferrari, J.L. Johnson i W.G. McCown (ur.), *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research and Treatment* (str. 113-136). Plenum Press.
- Frost, R. O., Marten, P. A., Lahart, C. i Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
- Harrison, J. (2014). *The role of self efficacy, perfectionism, motivation, performance, age and gender*. Masters Thesis. Department of Psychology. Dublin Business School.
- Hewitt, P. L. i Flett, G. L. (1991). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(1), 98-101.
- Hill, R.W., McIntire, K. i Bacharach, V.R. (1997). Perfectionism and the big five factors. *Journal of Social Behavior and Personality*, 12(1), 257-270.
- Hogan, R., Hogan, J., i Roberts, B. W. (1996). Personality measurement and employment decisions: Questions and answers. *American Psychologist*, 51(5), 469-477.
- Idžanović, A. (2016). *Odnos perfekcionizma, samoefikasnosti i akademske prokrastinacije*. Diplomski rad. Osijek: Filozofski fakultet.
- Johnson, J. L., i Bloom, A. M. (1995). An analysis of the contribution of the five factors of personality to variance in academic procrastination. *Personality and Individual Differences*, 18(1), 127-133.

- Jurić, D. (2004). *Neke strategije samoregulirajuće motivacije kao prediktor akademske prokrastinacije u školskom kontekstu*. Diplomski rad. Zagreb: Fakultet hrvatskih studija.
- Kachgal, M.M., Hansen, L.S., Nutter, K.J. (2001). Academic procrastination prevention/intervention: Strategies and recommendations. *Journal of Developmental Education*, 25(1), 14-24.
- Kardum, I., Gračanin, A. i Hudek – Knežević, J. (2006). Odnos crta ličnosti i stilova privrženosti s različitim aspektima seksualnosti kod žena i muškaraca. *Psihologijske teme*, 15, 101-128.
- Kim, S., Fernandez, S. i Terrier, L. (2017). Procrastination, personality traits and academic performance: When cative and passive procrastination tell a different story. *Personality and Individual Differences*, 108, 154-157.
- Knaus, W.J. (2000). Procrastination, blame and change. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15, 153-166.
- Kotas, P.M., Finck, J.E. i Horoi, M. (2004). Homework habits of college physics students. *Journal of College Teaching and Learning*, 1(6), 53-64.
- Kurtović, A. (2013). Odnos perfekcionizma i socijalne podrške s anksioznošću i depresivnošću kod studenata. *Medica Jadertina*, 43(4), 189-200.
- Larsen, R. J. i Buss, D. M. (2008). *Psihologija ličnosti*. Naklada Slap.
- Lay, C., Kovacs, A. i Danto, D. (1998). The relation of trait procrastination to the big-five factor conscientiousness: An assessment with primary-junior school children based on self report scales. *Personality and Individual Differences*, 25, 187-193.
- Lee, E. (2005). The relationship of motivation and flow experience to academic procrastination in university students. *The Journal of Genetic Psychology: Research and Theory on Human Development*, 166(1), 5-15.
- Lee, K. i Ashton, M.C. (2004). Psychometric properties of the HEXACO personality inventory. *Multivariate Behavioral Research*, 39, 329-358.
- Lee, D., Kelly, K.R. i Edwards, J.K. (2006). A closer look at the relationship among trait procrastination, neuroticism and conscientiousness. *Personality and Individual Differences*, 40, 27-37.

- Lewis, E.G. i Cardwell, J.M. (2020). The big five personality traits, perfectionism and their association with mental health among UK students on professional degree programmes. *BMC Psychology*, 8(54), 1-10.
- Matešić, K. (2003). Prilog provjeri kognitivnog aspekta petofaktorskog modela ličnosti. *Suvremena psihologija*, 6, 263-271.
- Matešić, K., Ružić, V. i Matešić, K., ml. (2009). Odnos između osobina ličnosti mjerenih BFQ upitnikom i školskog uspjeha kod učenika gimnazija. *Odgojne znanosti*, 11(1), 171-181.
- McCown, W., Petzel, T. i Rupert, P. (1987). An experimental study of some hypothesized behaviours and personality variables of college student procrastinators. *Personality and Individual Differences*, 8(6), 781-786.
- McCrae, R.R. i Costa, P.T. Jr. (1987). Validation of the five-factor model of personality across instruments and observes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(1), 81-90.
- Navarez, J. i Cayubit, R. F. (2011). Exploring the factors of perfectionism within the Big Five personality model among Filipino college students. *Educational Measurement and Evaluation Review*, 2, 77-91.
- Milgram, N. i Tenne, R. (2000). Personality correlates of decisional and task avoidant procrastination. *European Journal of Personality*, 14, 141-156.
- Onwuegbuzie, A. J. (2000). Academic procrastinators and perfectionistic tendencies among graduate students. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15(5), 103-110.
- Onwuegbuzie, A.J. (2004). Academic procrastination and statistic anxiety. *Assesment and Evaluation in Higher Education*, 29(1), 3-19.
- Özer, B.U. (2011). A cross sectional study on procrastination: Who procrastinate more? *International Proceedings of Economics Development & Research*, 18, 34-37.
- Pacht, A.R. (1984). Reflections on perfection. *American Psychologist*, 39(4), 386-390.
- Palazzo, D.J., Lee, Y.J., Warnakulasooriya, R. i Pritchard, D.E. (2010). Patterns, correlates, and reduction of homework copyng. *Physical Review Special Topics – Physics Education Research*, 6(2), 1-11.
- Periasamy, S. i Ashby, J.S. (2002). Multidimensional perfectionism and locus of control. *Journal of College Student Psychotherapy*, 17(2), 75-86.

- Pierro, A., Giacomantonio, M., Pica, G., Kruglanski, A.W. i Higgins, E.T. (2011). On the psychology of time in action: Regulatory mode orientations and procrastination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(6), 1317-1331.
- Popoola, B.I. (2005). A study of procrastinatory behaviour and academic performance of undergraduate students in South West Nigeria. *Journal of Social Sciences*, 11(3), 215-218.
- Rahimi, S. i Hall, N.C. (2021). Why are you waiting? Procrastination on academic tasks among undergraduate and graduate students. *Innovative Higher Education*, 46, 759-776.
- Rice, K.G. i Ashby, J.S. (2007). An efficient method for classifying perfectionists. *Journal of Counseling Psychology*, 54(1), 72-85.
- Rice, K.G. i Lapsley, D.K. (2001). Perfectionism, coping and emotional adjustment. *Journal of College Student Development*, 42(2), 157-168.
- Rosario, P., Costa, M., Nunez, J.C., Gonzalez-Pienda, J., Solano, P. i Valle, A. (2009). Academic procrastination: Associations with personal, school and family variables. *The Spanish Journal of Psychology*, 12(1), 118-127.
- Scher, S.J. i Osterman, N.M. (2002). Procrastination, conscientiousness, anxiety and goals: Exploring the measurement and correlates of the procrastination among school-aged children. *Psychology in the Schools*, 39(4), 385-398.
- Schouwenburg, H. C. i Lay, C. H. (1995). Trait procrastination and the big-five factors of personality. *Personality and Individual Differences*, 18(4), 481-490.
- Seo, E.H. (2008). Self-efficacy as a mediator in the relationship between self-oriented perfectionism and academic procrastination. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 36(6), 753-764.
- Sherry, S.B., Law, A., Hewitt, P.L., Flett, G.L. i Besser, A. (2008). Social support as a mediator of the relationship between perfectionism and depression: A preliminary test of the social disconnection model. *Personal and Individual Differences*, 45, 339-344.
- Silver, M. i Sabini, J. (1981). Procrastinating. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 11(2), 207-221.
- Slade, P.D. i Owens, R.G. (1998). A dual process model of perfectionism based on reinforcement theory. *Behavior Modification*, 22(3), 372-390.



- Slaney, R.B., Rice, K.G., Mobley, M. i Trippi, J. (2001). The Revised Almost Perfect Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34(3), 130-145.
- Smrtnik Vitulić, H. i Zupančić, M. (2013). Robust and specific personality traits as predictors of adolescents final grades and GPA at the end of compulsory schooling. *European Journal of Education*, 28(4), 1181-1199.
- Sokić, K. (2021). Predictiong academic procrastination and academic achievement in private education with the HEXACO model of personality and psychological distress. *International Research in Higher Education*, 6(4), 29-39.
- Solomon, L. J. i Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503-509.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133, 65–94.
- Steel, P., Brothen, T. i Wambach, C. (2001). Procrastination and personality, performance and mood. *Personality and Individual Differences*, 30, 95-106.
- Steel, P. i Klingsieck, K. (2016). Academic procrastination: Psychological antecedents revisited. *Australian Psychologist*, 51(1), 36-46.
- Tibbett, T.P. i Ferrari, J.R. (2015). The portrait of procrastination: Risk factors and results of an indecisive personality. *Personality and Individual Differences*, 82, 175-184.
- Tuckman, B.W. (1991). The development and concurrent validity of the Procrastination scale. *Educational and Psychological Measurement*, 51(2), 473-480.
- Ulu, I. P. i Tezer, E. (2010). Adaptive and maladaptive perfectionism, adult attachment, and big five personality traits. *The Journal of Psychology*, 144(4), 327-340.
- Van Hooft, E.A.J., Born, M., Taris, T.W., Van der Flier, H. i Blonk, R.W. (2005). Bridging the gap between intentions and behavior: Implementation intentions, action control and procrastination. *Journal of Vocational Behavior*, 66(2), 238-256.
- Yong, F.L. (2010). A study of the assertiveness and academic procrastination of English and Communication students at a private university. *American Journal of Scientific Research*, 9, 62-71.

- Yondem, Z.D. (2007). Performance anxiety, dysfunctional attitudes and gender in university music students. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 35(10), 1415-1426.
- Zhou, M. (2019). The role of personality traits and need for cognition in active procrastination. *Acta Psychologica*, 199(1), 2-15.
- Živčić-Bećirević, I., Smojer-Ažić, S. i Martinac Dorčić, T. (2014). Odrednice odugovlačenja u akademskom kontekstu. *Društvena istraživanja*, 1, 47-67.