

## **Риндич О. С. Психологічні чинники прокрастинації у жінок-працівниць.**

### **АНОТАЦІЯ**

У роботі наведено теоретичний зміст поняття “прокрастинація”, роль емоційної сфери та взаємодію когнітивних процесів та прокрастинації. Проаналізовано психологічні чинники, які можуть впливати на прокрастинацію у жінок-працівниць, виокремлено когнітивні, мотиваційні та емоційні стратегії подолання прокрастинації. Проведено емпіричне дослідження психологічних чинників прокрастинації у жінок, здійснено аналіз та інтерпретацію отриманих результатів.

Ключові слова: прокрастинація, мотивація, зовнішня мотивація, внутрішня мотивація, емоції, когнітивні процеси, саморегуляція.

### **ANNOTATION**

The paper presented the theoretical content of the concept of "procrastination", the role of the emotional sphere, and the interaction of cognitive processes and procrastination. Psychological factors that can affect procrastination in female workers are analyzed, and cognitive, motivational, and emotional strategies for overcoming procrastination are identified. An empirical study of the psychological factors of procrastination in women was conducted, and the results were analyzed and interpreted.

Keywords: procrastination, motivation, external motivation, internal motivation, emotions, cognitive processes, self-regulation.