

Секция «Актуальное состояние и перспективы развития психологии образования в цифровую эпоху»

Взаимосвязь выраженности различных видов иррациональных верований и самоофективности в юношеском возрасте

Научный руководитель – Туниянц Анна Александровна

Богданова Анастасия Михайловна

Студент (бакалавр)

Филиал Московского государственного университета имени М.В.Ломоносова в г.Ташкенте, Ташкент, Узбекистан

E-mail: an.nastasiya7@mail.ru

В современных условиях от каждого члена общества требуется постоянное совершенствование в выбранной сфере деятельности, изучение нововведений и поддержание своей компетентности на актуальном уровне для того, чтобы быть востребованным специалистом в конкурентной среде. Оценка собственных способностей играет важную роль в этом направлении. При этом далеко не всегда в разных видах деятельности люди, которые имеют хорошие способности, добиваются также высоких результатов. Большую роль в достижении успешности и проявлении настойчивости в освоении нового играет такое психологическое явление как самоофективность - это вера в эффективность своих действий [1].

Выделяют частную самоофективность в разных конкретных видах деятельности и общую, которая подразумевает веру в личную самоофективность без определения деятельности или условий, где она должна осуществляться [2]. Согласно концепции А.Бандуры, самоофективность имеет такие источники как: собственный опыт достижений в деятельности, наблюдение за чужим опытом, вербальные убеждения и воспринимаемое эмоциональное или физиологическое состояние [1]. Однако следует учитывать субъективность восприятия различных событий и ситуаций - на одни и те же внешние обстоятельства люди могут реагировать по-разному, что подробно анализируются представителями когнитивного подхода.

В частности, в рамках рационально-эмотивной терапии А.Эллис сформулировал положение о том, что на поведение и эмоции влияет не происходящие события, а то как люди интерпретируют их. Эти интерпретации строятся на основе сформированных в детстве рациональных и иррациональных убеждений [4]. Иррациональные верования не соответствуют реальности и представляют собой жёсткие эмоционально-когнитивные связи, которые имеют характер предписания, требования [3].

Исходя из этого, мы предполагаем, что на самоофективность могут влиять иррациональные убеждения.

Целью данного исследования является описание характера влияния иррациональных верований на самоофективность. Мы предполагаем, что существует взаимосвязь иррациональных убеждений с общей самоофективностью. Данное исследование проведено на учащихся 2-х и 3-х курсов лицеев и колледжей (в количестве 182 человека, из них 111 девушек и 71 юношей). Используемые методики: «Шкала общей самоофективности» Р. Шварцера и М. Ерусалема в адаптации В. Ромека; шкала определения уровня самоофективности в сфере предметной деятельности из «Теста определения уровня самоофективности» (Дж.Маддукс и М.Шеер, модификация Л.Бояринцевой под руководством Р.Кричевского); «Тест иррациональных убеждений» Р.Джонса в адаптации М.Гулиной.

Корреляционный анализ осуществлялся методом Пирсона в случае, если обе анализируемые переменные имели нормальное распределение, и методом Спирмена, если хотя бы

одна из них оказывалась распределена не нормально. По полученным результатам было обнаружено, что, везде, где есть связь иррациональных убеждений и самооэффективности, она отрицательная (см. Рисунок 1). То есть, чем больше выражено иррациональное убеждение, тем ниже показатель самооэффективности, и наоборот. Заметим, что обратная связь иррациональных убеждений либо присутствует с обоими шкалами самооэффективности («потребность в одобрении» (с «общей самооэффективностью» $p=0,003$; с «самооэффективностью в сфере предметной деятельности» $p=0,009$), «реакции на фрустрацию» ($p<0,001$; $p<0,001$), «эмоциональная безответственность» ($p<0,001$; $p<0,001$), «избегание проблем» ($p<0,001$; $p<0,001$)), либо только со шкалой «самооэффективности в сфере предметной деятельности» («тревожная сверхзабоченность» ($p<0,001$) и «беспомощность в отношении изменений» ($p<0,001$)). Специфику данных шкал мы видим в том, что она соотносится с выделением М. Гайдаром таких видов самооэффективности как личностная (аналогична «шкале общей самооэффективности») и деятельностная («самооэффективность в сфере предметной деятельности»). Таким образом есть иррациональные убеждения, которые не оказывают влияние на веру субъекта в наличие у себя лично важных качеств для продуктивной деятельности, но влияют на веру в наличие знаний, умений и навыков необходимых для нее, в связи с тем, что относятся к деятельности и способностям человека.

Связь шкалы «потребность в одобрении» с самооэффективностью можно объяснить тем, что человек не принимает себя таким какой он есть и ему требуется поддержка со стороны других, чтобы те подтвердили наличие его способностей и личностных качеств, похвалив и одобрив.

Связь шкалы «эмоциональная безответственность» с самооэффективностью может быть объяснена тем, что человек при поиске причин эмоциональных переживаний нашел больше подтверждений и объяснений во внешнем мире и этот фокус внимания не оставляет ему ресурсов, не вырабатываются привычки думать в ключе того «А что могу я?».

Связь шкалы «реакции на фрустрацию» с самооэффективностью вероятно обусловлена тем, что человек может воспринимать событие, сложившееся не в его пользу, как причину для расстройства и разочарования, как препятствие, которое мешает двигаться дальше. Шкала «тревожная сверхзабоченность» связана только с деятельностной самооэффективностью, так как беспокойство возникает относительно конкретных ситуаций, в которых предстоит какое-то активное действие со стороны человека. Вероятно, эта связь вызвана тем, что человек, представляя возможные неблагоприятные события, не доверяет своим способностям справиться при встрече с данными неприятностями.

Шкала «беспомощность в отношении изменения» связана только с деятельностной самооэффективностью, так как здесь идет речь о том, что, зная свой негативный прошлый опыт, человек верит в то, что это произойдет и снова, что можно даже не пытаться, что способностей у него не хватит.

Полученные данные могут быть интересны родителям и учителям, если они хотят поддержать высокий уровень самооэффективности или же сформировать его, а также тем, кто готов работать над саморазвитием.

Источники и литература

- 1) Бандура А. Теория социального научения. СПб.: Евразия, 2000.
- 2) Гордеева Т.О. Мотивация достижения: теории, исследования, проблемы // Современная психология мотивации / под ред. Д.А.Леонтьева. М.: Смысл, 2002. С. 47-102.
- 3) Ремеева А.Ф., Пальчиков И.А. Особенности иррациональных установок девиантных подростков // Психология и право. 2013. Т. 3. № 2.

- 4) Чупахина Ю.А. Влияние иррациональных убеждений родителей на иррациональные убеждения детей к юношескому возрасту: дис. ... канд. психол. наук. С.-Петербургский гос. университет, СПб., 2003.

Иллюстрации



Рис. 1. Связь иррациональных убеждений с самооффективностью.