

Худайберганава Анжела Анатольевна
СОИСКАТЕЛЬ КАНДИДАТСКОЙ СТЕПЕНИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ
НАУК

Khudayberganova Anjela Anatolevna
PhD candidate in Psychology

Аннотация к статье "Основные положения исследования
самоэффективности современной личности"
В данной статье рассматриваются ключевые аспекты самоэффективности
современной личности, включая влияние когнитивных процессов, мотивации
и специфических психологических факторов на формирование и развитие
самоэффективности. Особое внимание уделяется ее роли в академической и
профессиональной сферах, а также в процессах преодоления трудностей.
Представлены исследования, подтверждающие влияние самоэффективности
на успешность деятельности, а также риск дисфункциональных проявлений
при избыточной уверенности. Обозначены направления применения
результатов исследования самоэффективности в педагогике, психологии
управления, бизнесе и других областях.

Annotation to the article "Key Points of the Study on Self-Efficiency of the
Modern Individual"

This article examines the key aspects of self-efficiency in modern individuals,
including the impact of cognitive processes, motivation, and specific psychological
factors on the formation and development of self-efficiency. Particular attention is
given to its role in academic and professional spheres, as well as in coping
processes. Studies are presented that confirm the impact of self-efficacy on
performance success, as well as the risk of dysfunctional manifestations with
excessive confidence. Directions for the application of research results on self-

efficacy in pedagogy, management psychology, business, and other fields are outlined.

Ключевые слова: самоэффективность, когнитивные процессы, мотивация, академическая успеваемость, профессиональная деятельность, стратегии преодоления трудностей, психология управления, дисфункциональная самоэффективность

Основные положения исследования самоэффективности современной личности

Проведенный анализ научной литературы по изучаемой проблеме показывает, что исследования самоэффективности личности в основном основаны на исследованиях когнитивных процессов и мотивации.¹ Один из ключевых вопросов при исследовании когнитивных процессов и мотивации - это вопрос о том, оказывает тот или иной когнитивный механизм решающее влияние на поведение, или лишь второстепенный. Когнитивный процесс может быть связан с другими факторами (третьими переменными), которые являются истинными причинами успеха. В случае самоэффективности, воспринимаемой субъектом, очевидной третьей переменной является навык. Люди с большим количеством знаний и навыков более уверены в своих способностях. Объективные различия в мастерстве могут, в принципе, объяснять корреляции между субъективными представлениями об эффективности и успешности осуществления соответствующей деятельности. Этой проблеме посвящено немало исследований, в которых подтверждается связь между суждениями о самоэффективности и поведением.² Особенно убедительны данные, полученные при

¹ Чаплин А.В., Шацкая С.С. Факторы, влияющие на самоэффективность личности. // Международный журнал экспериментального образования. - 2015. - №11-6. - С. 991-993.; Кравцова Я.В., Дубовицкая Т.Д., Абдуллин А.Г. Психологическое время и самоэффективность личности. // Психология. Психофизиология. - 2020. - Т.13. - №3. - С. 17-23.

² Кучинская Д.В. Самоэффективность личности и ее развитие. // Научный лидер. - 2021. - №12. - С. 14.; Булышко Н.А., Коломейцев Ю.А. К проблеме самоэффективности личности в психологии. // Веснік

экспериментальном манипулировании суждениями об эффективности с сохранением остальных факторов постоянными. Это возможно благодаря едва заметным контекстуальным стимулам, которые искаженно влияют на формирование суждений о самооэффективности. На суждениях об эффективности также отражается краткий анализ положительных или отрицательных факторов, связанных с действиями. Оценка своих сильных и слабых сторон перед выполнением задачи делает когнитивно доступной различную информацию.³

В данном аспекте ряд исследователей обнаружили, что связь академической и социальной самооэффективности с успеваемостью в обучении и общении со сверстниками опосредованно специфическими стратегиями преодоления трудностей. При этом, авторы отмечают, что в исследовании не было выявлено статистически значимых связей между академической самооэффективностью и успеваемостью у мужской части выборки, в то время как в зарубежных (американских) исследованиях были получены данные о том, что академическая самооэффективность является предиктором академической успеваемости и у девочек, и у мальчиков.

Самооэффективность активно исследуется также в профессиональной сфере. Например наличие и развитие самооэффективности при введении в работу после окончания вуза, на новую должность, профессиональное повышение и др. В данном аспекте самооэффективность понимается как способность сочетать собственные ожидания относительно результата труда и объективные возможности.⁴

Мазырсага дзяржаўнага педагагічнага ўніверсітэта імя ІІ Шамякіна. - 2009. - №3 (24). - С. 38-44.; Хачатурова М.Р. Самооэффективность личности и ее связь с выбором копинг-стратегий поведения в межличностном конфликте. // Альманах современной науки и образования. - 2011. - № 9. - С. 92-96.

³ Лебединская С.В. К вопросу изучения самооэффективности личности как ресурсного качества у студентов гуманитарного профиля. // Ученые записки Забайкальского государственного университета. Серия: Педагогические науки. - 2017. - Т.12. - №2. - С. 60-65.; Авагимян А.А. Самооэффективность личности как психологический феномен. // Современные векторы развития образования: актуальные проблемы и перспективные решения. - 2019. - С. 4-7.

⁴ Шиленкова Л.Н. Самооэффективность в образовательном процессе (обзор зарубежных исследований). // Современная зарубежная психология. - 2020. - Т.9. - №3. - С. 69-78.; Райхельгауз Л.Б. Формирование академической самооэффективности и личной ответственности в процессе изучения математики. // Проблемы современного педагогического образования. - 2020. - №66-1. - С. 174-177.

Многочисленные эмпирические исследования, посвященные изучению влияния самоофективности на успешность деятельности, как правило, показывают, что высокая самоофективность связана с высокой результативностью деятельности, однако в некоторых случаях слишком сильно выраженная самоофективность может оказаться дисфункциональной. Так, ряд исследований показал, что высокий уровень самоофективности приводит к излишней самоуверенности и падению эффективности деятельности.⁵

Группа авторов из Университета Квинсленда провела масштабное лонгитюдное исследование адаптации сотрудников к организационным изменениям. Авторы утверждают о том, что в процессе трудовой деятельности высоко самоофективные сотрудники в большей степени склонны проявлять инициативу и предлагать новые идеи по улучшению рабочего процесса. У работников с низким уровнем самоофективности, напротив, подобная работа связана с переживанием стресса.⁶

Самоофективность может влиять на протекание различных необходимых процессов в эффективной реализации повторных когнитивных актов. Вызывает интерес исследование, направленное на изучение роли самоофективности в саморегуляции у молодых людей. Задача формирования вербальных концептов была представлена семью задачами, в каждом из которых находилось по 6 независимых фраз (в 6 фразах одной проблемы содержалось одно и то же слово). Испытуемым нужно было найти уникальное слово, подходящее ко всем фразам. По результатам исследования оказалось, что испытуемые, которые давали положительную обратную связь, имели высокую самоофективность. Значимые статистические связи с высокой самоофективностью имели место в случае планирования рабочего

⁵ Суворова О.В., Пожарская О.И. Особенности личности с разным уровнем самоофективности в период средней взрослости. // Проблемы современного педагогического образования. - 2022. - №74-1. – С. 372-375.

⁶ Jimmieson N.L. A Longitudinal Study of Employee Adaptation to Organizational Change: The Role of Change-Related Information and Change-Related Self-Efficacy. // Journal of Occupational Health Psychology. - Vol.9. - 2004. - № 1. - P. 401-409.

времени, субъективной оценки качества ответа, настойчивости и постановки оптимистических гипотез. Что касается влияния самооффективности на метакогнитивный опыт, то последний положительный наблюдался у тех, кто имел конструктивные установки, самостоятельно объяснял преодоление трудностей и был активен в поиске вариантов решения задачи, в отличие от тех, у кого метакогнитивный опыт был отрицательным.⁷

Группой учёных были проведены исследования о роли самооффективности в регуляции профессиональных ошибок. В качестве исследуемых выступили преподаватели (недавно занявших свою должность). В результате исследования, ученые пришли к выводу, что чувство общей самооффективности уменьшает влияние профессиональных недостатков на профессиональную удовлетворенность и психологическое благополучие при условии, что субъект установит между сферами жизнедеятельности средний уровень переносов (ни слишком низкий, ни слишком высокий). Исследование было направлено, с одной стороны, на изучение влияния разницы между ожиданиями и реальными проявлениями профессиональных качеств на психическое здоровье субъектов в процессе перехода на новую должность, овладения новыми функциями, с другой стороны – изучалась роль и условия общей самооффективности в процессе организационной социализации, и, в частности, в регуляции результатов такой разницы. Исследователи обращают внимание на передачу ресурсов из одной области активности в другую или от глобального уровня к более специфическому. В данном случае, самооффективность представляет собой интраиндивидуальный ресурс. Самооффективность тесно связана со стратегиями активации-ингибирования переносов между сферами жизни субъекта. Самооффективность положительно коррелирует с положительной

⁷ Гончар С.Н., Клименко И.В. Самооффективность как значимое качество личности педагога-инициатора непрерывного образовательного движения. // Вестник Саратовского областного института развития образования. - 2015. - №4. - С. 123-129.

разницей между ожидаемым и реально воспринимаемым («ожидал, что будет труднее, а оказалось легче»)⁸.

Показатели самооффективности, как правило, позволяют сделать более точный прогноз, чем глобальные показатели выраженности тех или иных черт, а также часто статистически опосредуют связь между глобальными диспозиционными переменными и поведением. Например, при исследовании академических достижений, принятия сверстников и наличия проблемного поведения было обнаружено, что показатели самооффективности характеризуются прогностической ценностью. В работах, посвященных проблеме стресса и копинг-поведения, было обнаружено, что представление человека о собственной самооффективности статистически опосредует связь между глобальными диспозиционными переменными (например, оптимизм, самоуважение) и адаптацией к стрессовым событиям.⁹

Таким образом, исходя из вышеизложенного полагается целесообразным выделить следующие основные положения изучения самооффективности современной личности:

результаты исследований самооффективности личности имеют практическую ценность в областях педагогической, медицинской психологии, психологии здоровья, психологии управления и имиджа, предпринимательства и карьеры;

подавляющее большинство исследований самооффективности личности посвящена непосредственно специфике самооффективности в отношении различных видов деятельности и базируется на исследованиях когнитивных процессов и мотивации;

результаты исследований самооффективности свидетельствуют о том, что оценка человеком своих возможностей осуществляет причинное влияние на уровень мотивации, то есть на успешность выполнения какой-либо

⁸ Шишлова Е.Э. Самооффективность преподавателя высшей школы в условиях социокультурной модернизации образования. // Мир науки, культуры, образования. - 2024. - №2 (105). - С. 106-109.

⁹ Едигарева В.Д. Мотивация и самооффективность личности в контексте интернет-пространства. // Психотехнологии в бизнесе и образовании. - 2022. - С. 10-10.

деятельности. При этом, слишком сильно выраженная самооффективность может оказаться дисфункциональной;

в процессе анализа работ, было выявлено, что связь самооффективности с успешностью в обучении, профессиональной деятельности, общении опосредованно различными психологическими переменными, такими как специфические стратегии преодоления трудностей, личностные диспозиции, мастерство и др.

Список литературы

1. Авагимян А.А. Самооффективность личности как психологический феномен. // Современные векторы развития образования: актуальные проблемы и перспективные решения. - 2019. - С. 4-7.

2. Булышко Н.А., Коломейцев Ю.А. К проблеме самооффективности личности в психологии. // Веснік Мазырскага дзяржаўнага педагагічнага ўніверсітэта імя ІП Шамякіна. - 2009. - №3 (24). - С. 38-44.

3. Гончар С.Н., Клименко И.В. Самооффективность как значимое качество личности педагога-инициатора непрерывного образовательного движения. // Вестник Саратовского областного института развития образования. - 2015. - №4. - С. 123-129.

4. Едигарева В.Д. Мотивация и самооффективность личности в контексте интернет-пространства. // Психотехнологии в бизнесе и образовании. - 2022. - С. 10-10.

5. Кравцова Я.В., Дубовицкая Т.Д., Абдуллин А.Г. Психологическое время и самооффективность личности. // Психология. Психофизиология. - 2020. - Т.13. - №3. - С. 17-23.

6. Кучинская Д.В. Самооффективность личности и ее развитие. // Научный лидер. - 2021. - №12. - С. 14.

7. Лебединская С.В. К вопросу изучения самооффективности личности как ресурсного качества у студентов гуманитарного профиля. // Ученые

записки Забайкальского государственного университета. Серия: Педагогические науки. - 2017. - Т.12. - №2. - С. 60-65.

8. Райхельгауз Л.Б. Формирование академической самооффективности и личной ответственности в процессе изучения математики. // Проблемы современного педагогического образования. - 2020. - №66-1. - С. 174-177.

9. Суворова О.В., Пожарская О.И. Особенности личности с разным уровнем самооффективности в период средней взрослости. // Проблемы современного педагогического образования. - 2022. - №74-1. – С. 372-375.

10. Хачатурова М.Р. Самооффективность личности и ее связь с выбором копинг-стратегий поведения в межличностном конфликте. // Альманах современной науки и образования. - 2011. - № 9. - С. 92-96.

11. Чаплин А.В., Шацкая С.С. Факторы, влияющие на самооффективность личности. // Международный журнал экспериментального образования. - 2015. - №11-6. - С. 991-993.

12. Шиленкова Л.Н. Самооффективность в образовательном процессе (обзор зарубежных исследований). // Современная зарубежная психология. - 2020. - Т.9. - №3. - С. 69-78.

13. Шишлова Е.Э. Самооффективность преподавателя высшей школы в условиях социокультурной модернизации образования. // Мир науки, культуры, образования. - 2024. - №2 (105). - С. 106-109.

14. Jimmieson N.L. A Longitudinal Study of Employee Adaptation to Organizational Change: The Role of Change-Related Information and Change-Related Self-Efficacy. // Journal of Occupational Health Psychology. - Vol.9. - 2004. - № 1. - P. 401-409.