

The article dwells on the results of the study of peculiarities of cognitive, emotional, behaviour components of identity objective orientation in various stages of ontogenesis. The author provides substantial and dynamic characteristics of the identity objective orientation components mentioned. It is demonstrated that objective orientation is formed up to juvenile age and undergoes certain changes in the process of life experience obtaining. The last one is conditioned by the regularity of personal coming through the stages of physiological and social ontogenesis.

Key words: cognitive, emotional, behaviour components of identity objective orientation, substantial, dynamic characteristics of objective orientation.

Отримано: 15.02.2012 р.

УДК: 159.923.95.072

Д.О.Шапошник

МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ САМОЕФЕКТИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

У статті розглядаються методологічні можливості дослідження самоефективності особистості. Розкрито зміст концепції самоефективності особистості. Зазначено аспекти вивчення самоефективності та її властивості. Підкреслено актуальність та новизну вивчення зазначеної змінної. Вказано головні перепони на шляху дослідження самоефективності особистості. Описано підхід до вивчення самоефективності особистості та комплект методик, за допомогою яких заплановано виявити самоефективність як похідну від пам'яті, мислення та саморегуляції особистості.

Ключові слова: самоефективність особистості, толерантність до невизначеності, тривожність, психологічна автобіографія, когнітивний стиль, дивергентне мислення, пам'ять.

В статье рассматриваются возможности методологического исследования самооффективности личности. Раскрыто содержание концепции самооффективности личности. Указаны аспекты изучения самооффективности и ее свойства. Подчеркнуты актуальность и новизна изучения указанной переменной. Указаны основные препятствия на пути исследования самооффективности личности. Описан подход в изучении самооффективности личности и комплект методик, с помощью которых планируется определить самооффективность как производную от памяти, мышления и саморегуляции личности.

Ключевые слова: самоэффективность личности, толерантность к неопределенности, тревожность, психологическая автобиография, когнитивный стиль, дивергентное мышление, память.

Постановка проблеми. У наш час, в епоху глобальних соціальних і політичних змін та науково-технічного прогресу, все більша увага приділяється проблемі ефективної поведінки людини. Разом з тим, високі стандарти успішності, які диктує сучасний соціум, жорстка конкуренція в самих різних областях життєдіяльності, соціальне розшарування є причиною зростаючого рівня депресії та стресу серед дітей і дорослих. Таким чином, перед науковою психологією постає важливе завдання вивчення детермінант ефективного функціонування людини як в області об'єктивних результатів діяльності, так і внутрішнього психологічного благополуччя. Цим обумовлена актуальність вивчення особистісних когнітивних змінних, що впливають на ефективність поведінки в самих різних областях життєдіяльності. Успішність в тій чи іншій сфері діяльності пов'язана з багатьма психологічними характеристиками, наприклад, з інтелектом або спеціальними здібностями. У той же час, різноманітні мотиваційні та особистісні когнітивні чинники, мотивація досягнення, оцінка своїх здібностей, самоефективність особистості мають не менше, а іноді й більше, значення для ефективного функціонування в різних ситуаціях. Так, реалізація потенціалу, закладеного в кожному, можлива тільки при наявності мотивації, прагнення досягти того чи іншого результату і віри в свою здатність його досягти. В останні два десятиліття ця проблематика активно вивчалася як в закордонній (Бандура, 2000; Капрари, Сервон, 2003; Первин, Джон, 1001, Хекхаузен, 1986, 2001), так і у вітчизняній психології (Васильєв, Магомед-Емінов, 1991; Гордєєва, 2002; Далгата, 2006; Козіївської, 1998; Магомед-Емінов, Васильєв, 1986; Ромек, 1997 та ін.) [8, с. 3-5].

Стосовно методологічного аспекту дослідження самоефективності існує чимало невирішених питань. По-перше, немає однозначного підходу до концептуалізації самоефективності, її змісту, особливостей, що, відповідно, є значною перепорою для створення валідного діагностичного інструментарію; по-друге, на нашу думку, дослідження самоефективності лише особистісними опитувальниками (де потрібно оцінити ту чи іншу власну здібність, вміння, навички) не здатні повною мірою ідентифікувати дану змінну, адже самоефективність виявляє себе у конкретній ситуації, яка потребує від суб'єкта вирішення; по-третє, не зрозуміло, самоефективність може претендувати на роль самостійного конструкта,

здатного сприяти досягненню мети особистістю, чи вона є лише частиною іншої функції та спроможна проявляти себе в одній сфері життєдіяльності особистості, не поширюючись на інші.

Мета статті: проаналізувати методологічні засади дослідження самоефективності та описати методичний інструментарій, який, на нашу думку, дасть змогу ідентифікувати вказану змінну.

Спираючись на визначення засновника соціально-когнітивної теорії (Теорії соціального навчання) Альберта Бандури (Bandura, 1997; 2000), що “самоефективність – це усвідомлена здатність людини протистояти складним ситуаціям та впливати на ефективність діяльності і функціонування особистості в цілому” [5, с. 500], наше дослідження ґрунтується на базі системно-еклектичного (Г. Олпорт) та суб’єктного (Е.Десі, Р.Райан, 1995; С.Л. Рубінштейн, К.С. Абульханова-Славська, С.Д. Максименко та ін.) підходів. Згідно з теорією А.Бандури самоефективність є похідною від трьох взаємопов’язаних головних джерел – поведінки, впливу оточення і особистісних факторів (віри, очікувань, самосприйняття, пізнання, прогнозування майбутнього, здатності до соціального навчання тощо) [7, с. 378]. Тому вважаємо за доцільне проведення дослідження самоефективності особистості, спираючись на особливості її пам’яті, мислення і саморегуляції. У дослідженні оперуємо низкою понять. Самоефективність – орієнтація на досягнення оптимального результату (досягнення мети з найменшими витратами) через подолання труднощів, перш за все, в особистісно значущій ситуації (та тих труднощів, які є неминучими у тій чи іншій ситуації). При незначущій, але необхідній для вирішення, ситуації самоефективність проявляється саме в умінні не втягуватися, не витрачати свої ресурси, дати найменший з можливого результату. На нашу думку, головним критерієм прояву самоефективності є подолання неминучих труднощів на шляху до намічених досягнень. Вважаємо, що самоефективна людина не просто йде назустріч будь-яким труднощам, вона їх прогнозує й керується гнучкими стратегіями – відступає тимчасово, змінює траєкторію, знаходить більш відповідну мету. Та навіть при найоптимальнішій стратегії є деякі речі, які робити не хочеться, але треба, в цьому можуть полягати труднощі. Але ця трудність може бути приємною, якщо всі ресурси людини збалансовані і життя в цілому вона контролює.

Самоефективність впливає на декілька аспектів психосоціального функціонування. Те, як людина оцінює власну ефективність, визначає для неї розширення чи обмеження можливості вибору діяльності; зусилля, які їй необхідно буде прикласти для

подолання перешкод та фрустрацій; наполегливість, з якою вона буде вирішувати завдання. Коли виникає проблема, сильне відчуття самоефективності допомагає людині зберігати спокій та шукати рішення, а не міркувати про власну неадекватність. Поняття самоефективності збігається з визначенням відчуття компетентності Е. Еріксона. Він відмічає, що саме четверта психосоціальна стадія розвитку (навчальні досягнення та спілкування з однолітками) сприяє подальшому успіху дитини у житті. Існує декілька підходів до визначення самоефективності особистості (функціональний та процесуальний відповідно): одними вченими самоефективність розуміється як результат досвіду та вчинків (Bellier, 2002), іншими – як процес життєтворення, адаптації власних здібностей до вимог реальності (Samurçay&Pastre, 1995).

За допомогою поняття самоефективності можна оцінити здатність людей до усвідомлення власних здібностей та до їхнього використання оптимальним чином. Так, самоефективність – це заснована на знанні та минулих переживаннях впевненість особистості у власній здатності досягати певного результату при певних витратах. Чим вища самоефективність, тим більших результатів чекає від себе людина при рівних витратах. Бандура акцентував увагу на тому, що навіть при наявності скромних здібностей, майстерне їхнє використання дозволяє людині досягати високих результатів. Згідно концепції самоефективності А. Бандури, люди, які усвідомлюють власну самоефективність, докладають більше зусиль для виконання складних завдань, ніж люди, які мають серйозні сумніви щодо власних можливостей [9, с. 191].

Саме когнітивна складова самоефективності визначає характеристики найбільш адаптивної поведінки особистості у всіх сферах її життєдіяльності (професія, сім'я, спілкування та ін.). З точки зору сучасної когнітивної психології, доречним буде дану складову представити як когнітивний стиль. Когнітивний стиль (КС) – когнітивні утворення організуючого порядку, які зв'язують функціонування пізнавальних процесів (сприймання, пам'яті, мислення, мови) один з одним і обмежують та опосередковують мотиваційні впливи, виконуючи, таким чином, в структурі індивідуальності функцію суперординатної контролюючої інстанції, забезпечуючи реалістично адаптаційні форми активності (Р. Гарднер). Р. Стенберг вважає, що КС – це самоуправління думкою, що дає можливість здійснювати контроль та самоконтроль процесів мислення. КС здатен, тою чи іншою мірою, сприяти (підвищувати або знижувати) якості самоефективності особистості (Зінченко Т.П., Холодна М.А., К. Гроот).

Виділимо декілька аспектів вивчення самоефективності особистості, які ускладнюють методологічний аналіз змінної: змістовний та формально-динамічний аспекти. Змістовний аспект розглядає самоефективність як: 1) соціальну та загальну (Дж. Маддукс та М. Шеєр); 2) набір відносно незалежних видів самоефективності (Гайдар М.І., Могильовкін Є.О.); 3) тільки загальну (Шварцер – Єрусалем); 4) загальну та її специфічні похідні (А. Bandura, В. Almudever, S. Croity-Belz, V. Hajjar, F. Fraccaroli). Формально-динамічний аспект описує самоефективність (структура) як: 1) інтегративну якість особистості (Гайдар М.І) – диференційну якість (V. Hajjar); 2) континуальне явище (А. Bandura, В. Almudever) – дискретне. Питання стосовно дискретності самоефективності особистості на даний момент залишається відкритим. Аналіз наукової літератури дозволив виявити можливі **властивості самоефективності**: 1. Генералізація як механізм “нарощування” самоефективності (А. Bandura). Віра у власні можливості, отримана після досягнення успіху в одній сфері життєдіяльності (або в окремії роботі), здатна мобілізувати ресурси, щоб мати успіх в іншій сфері. Існує думка вчених з приводу того, що вагома роз’єднаність між сферами життєдіяльності, відсутність переносів досвіду, сприяє низькому психологічному благополуччю особистості (В. Almudever, S. Croity-Belz). 2. Здатність до ефективного регулювання настрою, поведінки (рефлексивна функція). 3. Зв’язок з іншими психологічними змінними.

У нашому дослідженні самоефективності беруть участь 4 групи досліджуваних – чоловіки та жінки – (диференціація груп близька до вікової періодизації по Г. Крайг, критерій – зміни характеру життєвої активності): 20-23 р. (юність), 24-34 р. (молодість), 35-55 р. (середня зрілість), 56-70 (пізня зрілість). У літературі практично не згадується динаміка розвитку та особливостей самоефективності у різних вікових категоріях. Тому вирішено дослідити відмінності самоефективності, її якостей та зв’язків з іншими змінними у людей різного віку та статі. У широкому сенсі, це надасть можливість диференціювати стратегії мислення, пам’яті та поведінки як необхідних складових самоефективної особистості кожної з груп. Самоефективність особистості найяскравіше, на нашу думку, проявляє себе у ситуації вибору, критичних обставин, життєвих змін. Згідно з цим, перша група досліджуваних включає студентів-випускників 4-5 курсів різних факультетів 20-22 років; друга група – молоді люди 24-34 років, які ступили на самостійний шлях професійної реалізації та свідомого вибору партнера; третя група досліджуваних – 35-55 років, віковий період, коли необхідним

стає персоналізація в оточуючих людях, споглядання власного досвіду, прибутків; четверта група – досліджувані 56-70 років, які чекають виходу на пенсію або вже на пенсії, для яких є важливим переконання у цінності прожитого життя (Е. Еріксон, П. Ржичан). Самоефективність літніх людей може виявлятися у: 1) позитивній оцінці пережитого досвіду, 2) лояльному ставленні до змін у власному фізіологічному стані і в соціальній позиції (самодостатність, а не відчуття безпорадності і залежності), 3) відкритість до придбання нових знань, вмінь, навичок і потреба цього; 4) потреба надавати допомогу і піклуватися про інших.

Наше дослідження самоефективності особистості як похідної від пам'яті, мислення та саморегуляції включає 7 методик: 1. Методика вивчення самоефективності Дж. Маддукса і М. Шеєра. 2. Методика визначення толерантності до невизначеності С. Баднер з її субшкалами новизни, складності та нерозв'язності; 3. Методика визначення ситуативної та особистісної тривожності Спілбергера-Ханіна. 4. Пізнавальна задача № 1. 5. Метод психологічного автопортрета П. Ржичана. 6. Пізнавальна задача № 2. 7. 2 практичні задачі (оцінювальні критерії за допомогою контент-аналізу: ставлення до власного успіху у %, продуктивність, локус контролю, гумор як ставлення до ситуації, творчий підхід до розв'язання задачі, домінуюча стратегія), де необхідно знайти й описати рішення складної ситуації, орієнтуючись на власний досвід (прямий чи опосередкований), знання та інтуїцію. Згідно з нашою гіпотезою, самоефективна людина сучасності є толерантною до невизначеності, бере активну участь у плануванні та реалізації власного життя, використовує якості власної пам'яті, мислення та найоптимальніші для конкретної ситуації стратегії подолання труднощів. Припускаємо, що самоефективність категорично не виключає наявності тривожності особистості. Інші психічні процеси можуть компенсувати подібний стан, трансформуючи тривожність або блокуючи її на деякий час. Це припущення виникло як результат пілотного дослідження та зі спостережень за зовні самоефективними особистостями. На нашу думку, самоефективна особистість повинна не лише володіти навичкою позитивної оцінки власних можливостей, а й у разі необхідності, вміти створювати для себе особистісно значущі умови та вирішувати проблему. Вважаємо, що ці ресурси можливі за наявності саме спонтанного творчого мислення.

Самоефективність оцінюють за допомогою методик визначення загальної та соціальної самоефективності (Дж. Маддукс і М. Шеєр) [3, с. 268-269] і Шкали загальної самоефективності Шварцера-

Єрусалема. За результатами методик визначається рівень суб'єктивної оцінки досліджуваним свого потенціалу у сфері предметної діяльності та у сфері спілкування, яким він може реально скористатися. На нашу думку, дана тестова методика обмежує реальні показники самоефективності лише суб'єктивними відповідями, хоча вони вже є критеріями віри особистості у власні можливості. Тому, вважаємо доцільним Методику Маддукса і Шеєра доповнити вище зазначеними методиками, які б дали змогу конкретніше ідентифікувати самоефективність особистості. Дана методика спрямована на кількісне визначення рівня самоефективності. Переклад тесту і його модифікація здійснені Л. Бояринцевою під керівництвом Р. Кричевського. Мова йде про оцінку людиною свого потенціалу в сфері предметної діяльності та у сфері спілкування, яким він реально може скористатися. Тест складається з 23 тверджень, з кожним з яких досліджуваний оцінює ступінь своєї згоди за 11-бальною шкалою. Таким чином, уявлення про самоефективність, закладені в дану методику, надають можливість отримати не тільки інформацію про ступінь самореалізації особистості, але і створюють певний імпульс до її саморозвитку. Тим самим методика дозволяє операціоналізувати спроби особистості досягти високих результатів у предметній діяльності та міжособистісному спілкуванні.

Методика визначення толерантності до невизначеності є адаптованим перекладом методики американського психолога С.Баднера (Budner, 1982). Шкала толерантності – інтолерантності до невизначеності Баднера (Budner's Scale of Tolerance-Intolerance of Ambiguity, 1962) представлена особистісним опитувальником, в якому використана шкала сумарних оцінок Лайкерта, що складається з 16-ти пунктів (Likert or "Summative" scale).

Методика дозволяє виявити головне джерело інтолерантності до невизначеності: новизну, складність, нерозв'язність. Феномен толерантності до невизначеності тісно пов'язаний з актуальними проблемами сучасності. Нестримні потоки інформації, яка потребує засвоєння, та значне збільшення темпу життя породили проблему глобальної невизначеності людського існування. З одного боку, як би не намагалася сучасна людина слідувати вимогам часу, вона, навіть озброївшись найсучаснішим комп'ютером, змушена діяти в ситуації зовнішньої інформаційної невизначеності. З іншого боку, прагнення мчати "у ногу з часом" неблаганно наштовхується на фізіологічні бар'єри можливостей людського організму, породжуючи адикції як реакцію на внутрішню смислову невизначеність ідентичності особистості [1, с. 42-45]. Так, дослідження Є.Н. Осіна

(2010) вказує, що особистості, які повідомляли про позитивне ставлення до невизначених ситуацій, більш схильні сприймати себе суб'єктом власних дій і контролювати власне життя, вони більш оптимістично оцінюють власні успіхи і невдачі і більш схильні очікувати успіху в майбутньому.

Більшість з відомих методів вимірювання тривожності дозволяє оцінити або тільки особистісну, або стан тривожності, або більш специфічні реакції. Єдиною методикою, що дозволяє диференційовано вимірювати тривожність і як особистісну властивість, і як стан є методика, запропонована Ч. Д. Спілбергером. Російською мовою його шкала була адаптована Ю.Л. Ханіним. Методика включає дві шкали: Шкала особистісної тривожності та Шкала реактивної (ситуативної) тривожності. Кожна з шкал включає 20 тверджень, які пропонується оцінити за 4-балльною шкалою [4, с. 59-63].

Під особистісною тривожністю розуміється стійка індивідуальна характеристика, яка відображає схильність суб'єкта до тривоги і передбачає наявність у нього тенденції сприймати досить широкий спектр ситуацій як загрозові, відповідаючи на кожен з них певною реакцією. Як схильність, особиста тривожність активізується при сприйнятті певних стимулів, розцінюємо людиною як небезпечні для самооцінки, самоповаги. Ситуативна або реактивна тривожність, як стан, характеризується суб'єктивно пережитими емоціями: напругою, занепокоєнням, стурбованістю, нервозністю. Цей стан виникає як емоційна реакція на стресову ситуацію і може бути різним за інтенсивністю та динамічністю у часі. Особи, що належать до категорії високотривожних, схильні сприймати загрозу своїй самооцінці і життєдіяльності у великому діапазоні ситуацій та реагувати дуже вираженим станом тривожності. Якщо психологічний тест виявляє у досліджуваного високий показник особистісної тривожності, то це дає підставу припускати в нього появу стану тривожності у різноманітних ситуаціях, особливо коли вони стосуються оцінки його компетенції та престижу.

Для дослідження пам'яті особистості як однієї з детермінант самоефективності досліджуванам запропоновані 2 задачі з інтервалом у часі. Задачі містять подібні стратегії рішення (перша задача – нескладна, друга – може потребувати більшого часу для її вирішення, якщо досліджуваний проігнорує вже запропоновану тактику розв'язання на прикладі 1-ї задачі). Більш яскрава ремінісценція при відтворенні осмисленого матеріалу (П. Балард, С.Л. Рубінштейн). Припускаємо, що самоефективна особистість

керується у власних діях досвідом минулих результатів. Ремінісценція обумовлена складними взаємозв'язками процесів мислення та пам'яті (Зинченко Т.П.). Як запропонував Марвін Левін (Levine, 1993) – провідний експерт з вирішення завдань, один із способів їх вирішення – “кидатися в крайнощі”. Згідно з цією стратегією побудовані дві задачки. Задача 1: “Уявіть собі, що ви опинилися на тренувальному занятті двох гімнасток. Вони виконують парні вправи, з двох боків тримають одну скакалку, розтягнувши її на максимальну довжину (1,5 м). Зріст дівчаток 1,80 м. Дівчатка підійшли впритул одна до одної. Яка довжина скакалки від верхньої точки скакалки до підлоги?”. Задача 2: “Стоять два флагштоки, кожен по 100 футів висотою. Від вершини одного з флагштоків до вершини іншого натягнута 150-футова мотузка, яка вільно звисає між ними. Найнижча точка мотузки на 25 футів вище підставки. Як далеко один від одного знаходяться флагштоки? Яким чином ви зробили це? Що сприяло вашому рішенню?” [2, с. 339-350]. Спираючись на це, було введено робоче поняття “операціоналізація пам'яті”, тобто 1) використання для найоптимальнішого досягнення результату такої функції пам'яті, як антиципація (Г.К.Середа) та 2) структурування інформації, досвіду у пам'яті таким чином, щоб її можна було використати у необхідний момент (Солсо Р.Л., Джонсон Х.Х., Бил М.К.).

Включення Методу психологічного автопортрета П. Ржичана (1983) надає можливість дослідити зв'язок самоефективності з подіями життєвого шляху людини. Ретроспективне відтворення фактів з історії особистості представляє процес реконструкції (Bartlett, 1932). Напрямок процесу реконструкції визначається діючою в мозку людини теорією (У. Найссер, А. Хаймен). “Психологічна автобіографія” є новою методикою дослідження сприйняття життєвого шляху особистості і може розглядатися як експресивна проєктивна методика діагностики переживань, пов'язаних з найбільш значущими сферами життя. Спрямованість методики на дослідження життєвого шляху, способи інтерпретації кількісних показників дозволяють віднести “Психологічну автобіографію” до методик подієво-біографічного підходу. До формальних показників “Психологічної автобіографії” належать продуктивність відтворення образів минулого і майбутнього, значимість для особистості даної події у порівнянні з іншими, бажаність, ступінь впливу події, час антиципації або ретроспекції. До змістовних показників “Психологічної автобіографії” належать тип і вид значущих подій, оригінальність – популярність (частота подій різного змісту, які зустрічаються), сила – слабкість

(переважний вплив особистісних або ситуаційних змінних) [6, с. 7-9]. Інструкція цієї методики подана досліджуваному таким чином, щоб стимулювати його до саморозвитку та рефлексії: “Для більшого контролю та усвідомленості Вашого життєвого шляху Вам пропонується на цьому аркуші скласти перелік ваших значущих життєвих подій (як позитивних, так і негативних), охоплюючи період від народження – до цього моменту, і далі – до закінчення вашого життєвого шляху (в останньому випадку потрібно використовувати прийоми активізації фантазії – представити себе в кінці життя і підвести її підсумки, представити себе через 5, 10, 15 ... років). Якщо Вам неприємно або не хочеться про це думати, ви не виконаєте завдання, тим самим втратите можливість зробити більш прогнозованим і контрольованим своє життя, реалізувати власні плани і бажання. Так, кожна подія, рік події і вік, в якому ви переживали цю подію, занесіть у таблицю (кількість подій може бути різною, на ваш розсуд). Дати можна ставити відповідно до своїх спогадів та очікувань. Написавши події, відзначте, будь ласка, на осі X три точки відліку – народження, сьогодення і передбачуваний Вами час закінчення життя. Під точками підпишіть рік події і ваш вік. Потім нанесіть на графік на верхню лінію (паралельну осі X) номери подій життя, а на нижню лінію (вісь X), під номерами подій, їхні роки і ваш вік, і між ними намалюйте профіль суб’єктивної задоволеності цими подіями у діапазоні від 0 до 100% (100% – максимальна задоволеність, почуття щастя; 60, 70, 80% – висока задоволеність, почуття, близьке до щастя; 50% – середня задоволеність; 10, 20, 30% – незадоволеність своїм життям; 0% – дуже низька задоволеність, страждання)”.

За допомогою контент-аналізу плануємо виділити основні мисленнєві одиниці досліджуваних при розв’язанні практичних задач, які були підібрані окремо до кожної вікової категорії (по дві задачі) згідно з актуальними потребами та інтенціями. Інтерпретація відповідей надасть змогу висвітлити аспекти творчого мислення, задіяного при вирішенні завдань. Наведемо приклади таких практичних завдань. Для групи студентів 20-22 років: “Ви пишете дипломну роботу. Через два дні її потрібно здавати. Помилково ви видаляєте на ПК папку з даними, над якими ви працювали 3 місяці. Як будете виходити зі скрутної ситуації? Як Ви припускаєте, на скільки відсотків зі 100 Ваше рішення чи дії виявляться успішними?”; для групи молодих людей 24-34 років: “Ви працюєте в компанії К. Відповідальний працівник. Несподівано вас викликає керівник і каже, що до нього дійшли чутки, що ви вже давно “паплюжите” імідж компанії і плануєте звільнитися. Ви

нічого подібного не робили і не говорили. Яку стратегію поведінки оберете? Як Ви припускаєте, на скільки відсотків зі 100 Ваше рішення або дії виявляться успішними? Поясніть відповідь.”; для групи 35-55 років: “Вашій дитині 16 років. Вона випускник школи. Зі своєю дитиною завжди знаходили спільну мову. Помітили, що з сімейного бюджету пропали 500 грн. А дитина рідше, ніж раніше, проводить вдома час. Яке рішення ви приймете? Як Ви припускаєте, на скільки відсотків зі 100 Ваше рішення або дії виявляться успішними? Поясніть відповідь.”; для групи 56-70 років: “Знайомий (-а) порекомендував (-ла) вам відвідати Центр творчості для людей зрілого віку. Вам сподобалося на заняттях східного танцю. На вас нерідко залишають онуків, тому що діти їдуть у відрядження. Тому вас стали вмовляти почекати з цією ідеєю, а то і взагалі відмовитися. Яке рішення ви приймете? Як Ви припускаєте, на скільки відсотків зі 100 Ваше рішення або дії виявляться успішними? Поясніть відповідь”.

Стосовно людей пізньої зрілості, заплановано втілити тренінгову програму “Розвиток самоефективності: тренування психічних функцій, формування позитивної Я-концепції, придбання нових навичок” на базі Народної української академії проекту “Школа “50+” (де люди предпенсійного та пенсійного віку мають можливість отримати додаткову освіту).

Отже, дослідження самоефективності актуально й у зв’язку з важливими прикладними завданнями, що стоять перед психологією: розробка та впровадження в практику програм психологічної допомоги в саморозвитку, адаптації до важких умов, успішної самореалізації суб’єкта в житті, психологічний супровід освітнього процесу.

Висновки

1. Самоефективність – це інтегральна якість особистості, яку можна вивчати, досліджуючи її складові, включаючи пізнавальні процеси: пам’ять (а саме, операціоналізацію досвіду у пам’яті, антиципацію як функцію пам’яті), мислення (мисленнєві операції та творче мислення) та саморегуляцію (емоційно-вольові процеси особистості та її стани). Самоефективність – орієнтація на досягнення оптимального результату (досягнення мети з найменшими витратами) через подолання труднощів, перш за все, в особистісно значущій ситуації. При незначущій, але необхідній для вирішення, ситуації самоефективність проявляється саме в умінні не втягуватися, не витрачати свої ресурси, дати найменший з можливого результату.

2. Головними перешкодами на шляху комплексного методологічного дослідження самоефективності особистості є відсутність однозначного підходу до концептуалізації самоефективності, її

якостей, критеріїв та обмежуваність у дослідженнях цієї змінної практично лише суб'єктивними методами.

3. Наведено перелік методик та їхніх характеристик, за допомогою яких заплановано ідентифікувати самоефективність як похідну від її пам'яті, мислення та саморегуляції.

Список використаних джерел

1. Гусев А.И. Проблематика научной классификации толерантности к неопределенности /А.И.Гусев // Наука и образование. – №5-6. – 2005. – С. 42-45.
2. Когнитивная психология / Р. Солсо. – 6-е изд. – СПб.: Питер, 2006. – 589 с: ил.
3. Могилевкин Е.А. Карьерный рост: диагностика, технологии, тренинг: [Монография] /Е.А.Могилевкин. – СПб.: Речь, 2007. – 336 с.
4. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: [Учебное пособие] /Д.Я.Райгородский. – Самара: Издательский Дом "БАХРАХ-М", 2002. – 672 с.
5. Саугстад Пер. История психологии. От истоков до наших дней. – Самара: Издательский Дом "Бахрах-М", 2008. – 544 с.
6. Словарь-справочник по психодиагностике под редакцией Бурлачук Л. – 3-е изд. – С.-Петербург: Питер, 2008. – 200 с.
7. Хьелл Л. Теории личности (Основные положения, исследования и применение) /Л.Хьелл, Д.Зиглер. – СПб.: Питер Пресс, 1997. – 608 с.
8. Шепелева Е. А. Особенности учебной и социальной самоэффективности школьников: диссертация ...кандидата психологических наук: 19.00.07/ Е. А.Шепелева; [Место защиты: Москва]. – Москва, 2008. – 166 с.
9. Bandura A. Self-efficacy: Toward to unifuing theory of behavioral change // Psychological review, 1977a. Vol.84. № 2. P. 191-205.

This article is devoted to the possibility of methodological research self-efficacy of the individual. It was disclosed the content of the concept of self-efficacy of the individual. These aspects of learning self-efficacy and its properties have presented. It was revealed the urgency and novelty of the study of the variable. It were identified the main obstacles to the study of self-efficacy of the individual. We describe an approach to the study of personality and self-efficacy set of techniques by which planned to reveal the self-efficacy as a derivative of memory, thinking and self-identity.

Key words: self-efficacy individual, tolerance of uncertainty, anxiety, psychological autobiography, cognitive style, divergent thinking and memory.

Отримано: 18.02.2012 р.