

*Попов Дмитрий Иванович*

аспирант

АНО ВО «Северо-Кавказский социальный институт»

г. Ставрополь, Ставропольский край

## **САМОЭФФЕКТИВНОСТЬ ЛИЧНОСТИ: ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ**

*Аннотация:* в статье представлен анализ понятия «самоэффективность», рассмотрены различные подходы к пониманию данного феномена. Автором перечислены педагогические модели, способствующие формированию самоэффективности личности.

*Ключевые слова:* самоэффективность, социально-когнитивная теория, локус-контроль, таксономия образовательных целей, теория условий обучения теория когнитивной нагрузки, коучинг, тренинг.

Крайне негативная и нестабильная современная демографическая и политическая ситуация в современной России породила проблему нехватки человеческих ресурсов во всех сферах жизнедеятельности. В связи с этим перед научным сообществом остро встал вопрос о повышении уровня эффективности личности и развитии у нее потребности в самоэффективности.

Изучением проблем самоэффективности занимались такие зарубежные ученые (Дж. Капара, Э. Лангер, Д. Сервон, Дж. Роттер, Р. Шварцер, М. Ерусалем, М. Шеер, Дж. Маддукс и др.), отечественный опыт исследования данной проблематики принадлежит (О.О. Богатырева, К.М. Гайдар, Т.О. Гордеева, М.А. Дебель, Н.А. Иванова, Н.Н. Волоскова, В.Н. Кобец, Р.Л. Кричевский, А.Б. Лощакова, А.А. Погорелов, О.В. Тимофеева, В.А. Толочек, Е.А. Шепелева и др.) [2].

Несмотря на столь внушительный опыт изучения данного феномена, на современном этапе до сих пор не существует универсального определения понятия «самоэффективность». В рамках социально-когнитивной теории самоэффективность (self-efficacy) определяется как суждения людей относительно их способности вести себя релевантно специфической задаче или ситуации.

Основу для конструирования современной образовательной среды, способствующей развитию самоэффективности личности, составляет социально-когнитивная теория, разработанная А. Бондурой. Теория социально-когнитивного научения представляет собой направление персонологии, в котором подчеркивается, что поведение является результатом сложного взаимодействия между когнитивными процессами и влиянием окружения.

Концепция самоэффективности относится к умению людей осознавать свои способности, выстраивать поведение, соответствующее специфической задаче справиться со специфическими ситуациями, влияет на несколько аспектов психосоциального функционирования. То, как человек оценивает собственную эффективность определяет для него расширение или ограничение возможности выбора деятельности, усилия, которые ему придется приложить для преодоления препятствий и фрустрации, настойчивость, с которой он будет решать какую-то задачу. Самооценка эффективности влияет на формы поведения, мотивацию, выстраивания поведения и возникновения эмоций.

По мнению А. Бандуры, люди, осознающие свою самоэффективность, прилагают больше усилий для выполнения сложных дел, чем люди, испытывающие серьезные сомнения в своих возможностях. В свою очередь высокая самоэффективность, связанная с ожиданиями успеха, обычно ведет к хорошему результату и таким образом способствует самоуважению. Напротив, низкая самоэффективность, связанная с ожиданием провала, обычно приводит к неудаче и таким образом снижает самоуважение. А. Бондура говорит, что те, кто считает себя «неспособными добиться успеха, более склонны к мысленному представлению неудачного сценария и сосредотачиваются на том, что все будет плохо. Уверенность в неспособности добиться успеха ослабляет мотивацию и мешает выстраивать поведение» [1]. Напротив, люди, верящие в свою способность решить проблему, вероятно, будут настойчивы в достижении своих целей, несмотря на препятствия, и не будут склонны предаваться самокритике. Как замечает А. Бондура, «те, кто обладает сознанием высокой самоэффективности, мысленно представляют себе удачный сценарий, обеспечивающий пози-

тивные самоориентиры для выстраивания поведения, и осознанно репетируют успешные решения потенциальных проблем.

А. Бондура предположил, что приобретение самоэффективности может происходить любым из четырех путей (или их комбинации): способности выстроить поведение, косвенного опыта, вербального убеждения и состояния физического (эмоционального) возбуждения.

Дополняет теорию А. Бондуры теория Дж. Роттера, подчеркивая роль взаимодействия человека и его окружения. Дж. Роттер утверждает: люди способны осознавать, что определенное поведение именно в определенной, а не в какой-то другой ситуации, вероятно, будет поощрено. К тому же, он рассматривает людей как когнитивные создания, которые активно добиваются своих целей и создают стратегии поведения в течение жизни.

Основным конструктом в теории Дж. Роттера является локус-контроль, или обобщенное ожидание того, в какой степени люди контролируют подкрепления в своей жизни.

Другой важной теорией в понимании феномена самоэффективности является феноменологическое направление теории личности, которое подчеркивает идею о том, что поведение человека можно понимать только в терминах его субъективного восприятия и познания действительности. Феноменологи полагают, что именно внутренняя система отчета человека – или субъективная способность постигать действительность – играет ключевую роль в определении внешнего поведения человека.

В исследованиях М.И. Гайдара и Е.В. Селезневой предпринята попытка обоснования компонентов самоэффективности. Так, М.И. Гайдар предлагает рассматривать в структуре самоэффективности следующие компоненты [2]: когнитивно-рефлексивный; эмоционально-оценочный; регулятивно-поведенческий. В дополнение к ним, рассматривая сферы активности человека, Е.В. Селезнева выделяет деятельностный компонент (самоэффективность в сфере деятельности) и коммуникативный (самоэффективность в сфере общения) [2].

В рамках нашего исследования, большой интерес вызывает проблема формирования самооффективности с точки зрения педагогической теории и практики. Так, современная педагогика широко применяет когнитивистские концепции и модели. Среди самых известных примеров – таксономия образовательных целей Бенджамина Блума, теория условий обучения Роберта Ганье и теория когнитивной нагрузки Джона Свеллера. Несмотря на популярность этого подхода, недостатки у него тоже есть. Критики когнитивизма отмечают, что он совсем не учитывает роль эмоций в обучении. Ещё когнитивистские эксперименты зачастую проходят в искусственно созданных условиях, и это порождает сомнения – показательны ли получаемые результаты для реальной жизни. Исследователи и эксперты в области педагогического дизайна Пегги Эртмер и Тимоти Ньюби подробно рассмотрели эти подходы и пришли к выводу, что каждый из подходов к обучению отражает один из этапов освоения навыка самооффективности: способность действовать по шаблону, применять стандартные алгоритмы для решения типовых задач (бихевиоризм); способность адаптировать известные алгоритмы, чтобы найти решение конкретной проблемы (когнитивизм); создание и применение новых способов мышления и действия, когда алгоритмы уже не работают (конструктивизм).

Поэтому Эртмер и Ньюби считают наиболее действенным подходом выбирать стратегию обучения в зависимости от образовательной цели, когнитивного уровня обучающегося, его возрастных и индивидуальных особенностей. И гибко сочетать в разработке образовательной программы методы и приёмы, которые будут эффективны в конкретном контексте -независимо от теории, к которой они принадлежат.

Кроме этого, на современном этапе развития широкое применения получили такие педагогические методы как коучинг и тренинг, направленные на формирование самооффективности и доказавшие свою эффективность.

Итак, проблема эффективности и самооффективности личности на современном этапе развития общества приобретает особую актуальность, в связи с чем нуждается в дальнейшей проработке и поиске новых подходов к ее изуче-

нию, а также в обосновании форм, методов и средств, способствующих ее формированию.

### *Список литературы*

1. Бандура А. Теория социального научения / А. Бандура. – СПб.: Евразия, 2000. – 320 с.
2. Бандура А. Подростковая агрессия: Изучение влияния воспитания и семейных отношений / А. Бандура, Р. Уолтерс; пер. с англ. Ю. Брянцевой, Б. Красовского. – М.: Апрель Пресс: Эксмо-Пресс, 2000. – 509 с.
3. Гордиенко Г.С. К вопросу о самоэффективности личности в контексте профессиональной деятельности / Г.С. Гордиенко // Современные научные исследования и инновации. – 2019. – №4 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://web.snauka.ru/issues/2019/04/89145> (дата обращения: 20.09.2024). – EDN NGQFTY
4. Левин К. Гештальтпсихология и социально-когнитивная теория личности / К. Левин, А. Бандура. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2007. – 125 с.