

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.  
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра социальной психологии образования и развития

**Психологические факторы проявления самоэффективности в  
учебной деятельности у студентов психолого-педагогического  
профиля**

АВТОРЕФЕРАТ  
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса 441 группы  
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,  
профиля подготовки «Психология образования и социальной сферы»  
факультета психолого-педагогического и специального образования

**Царапкиной Анны Сергеевны**

Научный руководитель  
канд. психол. наук, доцент \_\_\_\_\_

Т.В. Белых

Зав. кафедрой  
доктор психол. наук, профессор \_\_\_\_\_

Р.М. Шамионов

Саратов 2024

**Введение. Актуальность исследования.** В настоящий момент в нашем обществе понятие «самоэффективность» является одной из важнейших характеристик не только успешной карьеры, но и успешной учебной деятельности, а также личностного развития. Следовательно, особенно важно, на наш взгляд, изучать и развивать данное качество у студентов, которые решили связать собственную жизнь с изучением психологии или педагогики. А именно учащихся на психолого-педагогическом профиле, так как это поможет им организовывать собственный план обучения и, в дальнейшем, эффективно работать непосредственно с другими людьми, которым они будут оказывать помощь.

Тема данного исследования является актуальной и значимой, поскольку его целью является выявление и анализ взаимосвязи факторов, влияющих на эффективность деятельности будущих психологов и педагогов. Проведение исследований по изучению данной сферы позволит нам выявить психологические факторы, способствующие улучшению данного качества, а также выделить проблемные области, негативно влияющие на достижение успеха в профессиональной сфере.

**Степень разработанности проблемы.** Изучение психолого-педагогической литературы, показал, что изучение феномена самоэффективности многих авторов. Сущностные особенности самоэффективности исследовали такие зарубежные ученые (Дж. Капара, Э. Лангер, Д. Сервон, Дж. Роттер, Р. Шварцер, М. Ерусалем, М. Шеер, Дж. Маддукс и др.), но особый интерес к данному понятию наблюдается в работах отечественных исследователей (Богатырева О.О., Гайдар К.М., Гордеева Т.О., Дебель М.А., Иванова Н.А., Волоскова Н.Н., Кобец В.Н., Кричевский Р.Л., Лощакова А.Б., Погорелов А.А., Тимофеева О.В., Толочек В.А., Шепелева Е.А. и др.), которые смогли выявить прямую связь между самоэффективностью и следующими параметрами: принятие решений

индивидом, последовательность его действий, а также уровень успешности его трудовой деятельности.

**Цель работы.** Изучить психологические факторы, которые влияют на проявление учебной самооэффективности у студентов психолого-педагогического профиля, и установить их взаимосвязь между друг с другом.

**Гипотезы исследования:**

1. Существуют различия в проявлении самооэффективности у студентов 1-х и 4-х курсов.
2. Существует взаимосвязь между выраженностью самооэффективности у студентов психолого-педагогического профиля и такими факторами, как мотивация достижения, рефлексивность и структурные компоненты самоотношения.

В соответствии с целью и гипотезами, нами были поставлены следующие задачи:

1. Изучить теоретические и практические аспекты самооэффективности у студентов психолого-педагогического профиля. В этой главе мы рассмотрим основные концепции и подходы к определению и измерению самооэффективности, факторы, которые влияют на ее проявление у студентов выбранного нами профиля, а также затронем существующие методы её измерения.
2. Провести эмпирическое исследование проявления самооэффективности у студентов психолого-педагогического профиля. В данной главе будет описано исследование, проведенное нами с целью выявления психологических факторов, которые влияют на проявление самооэффективности в учебной деятельности у студентов данного профиля.

3. Разработать практические рекомендации по развитию самооффективности у студентов психолого-педагогического профиля. В этой главе будут предложены конкретные методы и приемы, которые помогут студентам развить и улучшить свою учебную самооффективность.

**Объект исследования:** самооффективность в учебной деятельности у студентов психолого-педагогического профиля

**Предмет исследования:** психологические факторы, которые влияют на проявление самооффективности у данных студентов в процессе учебной деятельности.

**Методы исследования:**

1. Методика исследования самоотношения (тест - опросник МИС) В.В. Столин, С.Р. Пантелеев.
2. Модификация теста-опросника А. Мехрабиана для измерения мотивации достижения (ТМД) предложена М.Ш. Магомед-Эминовым.
3. Методика Карпова А.В. Диагностика рефлексивности.
4. Фрайбургский личностный опросник (FPI, форма Б)
5. Мотивация профессиональной деятельности (методика К. Замфир в модификации А. Реана)
6. Методика определения общей и социальной самооффективности (авторы М. Шеер, Дж. Маддукс, адаптация А.В. Бояринцевой).

**База исследования:** ФГБОУ ВО «СГУ имени Н.Г. Чернышевского». Выборка состоит из 60 студентов 1-ых и 4-ых курсов факультета ППиСО. (30 студентов 1 курса и 30 студентов 4 курса).

**Структура работы:** введение, глава 1, глава 2, глава 3, заключение, список использованной литературы, заключение.

**Основное содержание работы:** В первой главе работы были рассмотрены: теоретические аспекты самооффективности, его определение и сущность; изучены факторы, влияющие на проявление самооффективности у студентов, а также практические аспекты ее проявления (роль личностных особенностей и мотивации в проявлении самооффективности и методы, а также инструменты ее измерения).

**Во второй главе** работы представлены результаты эмпирического исследования проблемы. Для этого мы произвели следующие действия:

- составлены опросы в гугл форме по выбранным методикам, после чего проведен их анализ, представленный в форме таблиц и диаграмм;
- был проведен сравнительный анализ с целью выявления различий в проявлении самооффективности у студентов психолого-педагогического профиля первых и четвертых курсов с помощью Т-критерия Стьюдента;
- осуществлен корреляционный анализ по Пирсону с целью выявления взаимосвязи между самооффективностью и следующими факторами: мотивация достижения, рефлексивность и структурные компоненты самооотношения.

В результате проведенного эмпирического исследования мы получили следующие результаты:

1. Нами был проведен сравнительный анализ выраженности самооффективности у студентов первых и четвертых курсов психолого-педагогического профиля.
2. После проведения корреляционного анализа нами были выявлены множественные взаимосвязи самооффективности и таких факторов как мотивация достижения, рефлексивность и компоненты самооотношения личности (закрытость, самоуверенность, саморуководство, отраженное самооотношение, самооценность, самопринятие,

самопривязанность, внутренняя конфликтность и самообвинение).

В ходе эмпирического исследования нами были подтверждены обе гипотезы.

**В третьей главе** нами были предложены рекомендации для студентов для повышения их самооффективности. Данный перечень включил в себя такие пункты как: работа с самооценкой; развитие навыков саморегуляции и тайм-менеджмента; развитие коммуникативных способностей; психологическая самоподдержка, в которую входит поиск и принятие поддержки со стороны близких и коллег, развитие навыков самомотивации и забота о собственном ментальном и физическом здоровье.

**Заключение.** После проведения теоретического и эмпирического исследования, мы можем сделать ряд выводов.

Феномен самооффективности подразумевает под собой осознанную способность человека справляться с кризисными ситуациями, а также понимание собственной эффективности в различных областях своей жизни, при этом сохранять активную позицию достижения успеха.

Знаменитыми исследователями данного феномена являлись А. Бандура, М. Шеер, Дж. Маддукс, В.А. Толочек.

Изучая теоретические аспекты проявления самооффективности в учебной деятельности, нами были выявлены следующие факторы, влияющие на него у студентов психолого-педагогического профиля: опыт работы и практика, уровень мотивации, уровень самооценки, эмоциональное состояние студента, социальная поддержка.

Изучив практические аспекты проявления самооффективности у студентов, мы выявили следующее:

- постановка цели и ее достижение является важным аспектом, так как это напрямую влияет на их будущую деятельность и пути достижения в ней успеха;
- развитие и совершенствование профессиональных навыков должно систематически осуществляться студентами для достижения успеха в учебной и профессиональной деятельности, и выработки уверенности в себе;

- развитие навыков коммуникации и умения работать в команде также позволит студентам обмениваться опытом и навыками, а также приобретать полезные связи;
- владение «искусством» тайм-менеджмента поможет студентам правильно распределить свое время и организовать учебную и профессиональную деятельность;

Выявленные нами методы и инструменты для измерения самооффективности студентов, включают в себя следующее: самооценка, наблюдение и оценка со стороны окружения, различные психологические тесты и методики.

Проведенное нами эмпирическое исследование включало в себя шесть методик: методика исследования самоотношения С.Р. Пантелеева, модификация теста-опросника А. Мехрабиана для измерения мотивации достижения (ТМД), методика Карпова А.В. на диагностику рефлексивности, Фрайбургский личностный опросник, тест мотивации профессиональной деятельности К. Замфир, методика определения общей и социальной самооффективности Маддукса и Шеера.

В результате эмпирического исследования были получены следующие результаты:

1. Нами было обнаружена взаимосвязь по результатам корреляционного анализа Пирсона между уровнем самооффективности и компонентами самоотношения личности.
2. В результате сравнительного анализа мы смогли выявить статистически значимые различия в выраженности самооффективности между студентами двух первых и четвертых курсов психолого-педагогического профиля. Это позволяет нам заключить, что первая поставленная гипотеза подтверждается.

Также нами был предложен ряд рекомендаций, следование которым поможет студентам развивать свою самооффективность. Данный перечень включил в себя такие пункты как:

- работа с самооценкой (было предложено ведение дневника достижений, развитие навыков целеполагания, а также поиск и развитие студентом своих уникальных способностей);
- тренировка уверенности в себе (было предложено развитие навыков публичных выступлений);
- развитие навыков саморегуляции и тайм-менеджмента;
- развитие коммуникативных способностей (было предложено участие в тренингах, выработка навыков активного слушания, конструктивной критики, а также эффективного решения конфликтов);
- психологическая самоподдержка, в которую входит поиск и принятие поддержки со стороны близких и коллег, развитие навыков самомотивации и забота о собственном ментальном и физическом здоровье).

Таким образом, в результате проведенной нами работой по вопросу самоэффективности студентов, мы постарались охватить как можно больший объем методических материалов, чтобы сильнее углубиться в теорию феномена самоэффективности личности. А также провели эмпирическое исследование, которое помогло установить взаимосвязь изучаемого понятия с определенными психологическими факторами, по результатам которого обе гипотезы, поставленные нами вначале исследования, подтвердились.

Выводы и факты, полученные в ходе исследования, открывают возможности для дальнейшего осмысления и продолжения работы по развитию самоэффективности личности.

Считаем, что цель работы была достигнута, задачи решены, гипотезы доказаны.