

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра социальной психологии
наименование кафедры

**Связь психологического благополучия личности, самооффективности и
атрибутивного стиля (на примере сотрудников сферы информационных
технологий и студентов факультета компьютерных наук и
информационных технологий)**

АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ
РАБОТЫ БАКАЛАВРА
студента (ки) 5 курса 510 группы
направления 37.03.01 «Психология»
код и наименование направления

факультета психологии
наименование факультета

Молокановой Светланы Александровны
фамилия, имя, отчество

Научный руководитель:

доцент, к.пед.н.
должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

М.В. Жижина
инициалы, фамилия

Зав. кафедрой:

Профессор, д.психол.н.
должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

Л.Н. Аксеновская
инициалы, фамилия

Саратов 2023 г

Введение

Проблема психологического благополучия в наше время очень актуальна, а само понятие – многогранно. В современном капиталистическом мире немаловажным фактором оценки субъективного психологического благополучия является карьера и ее успешность. Понимание связи между самооффективностью и личным атрибутивным стилем, будь то оптимизм или пессимизм, необходимо для улучшения общего психологического самочувствия личности, преодоления жизненных трудностей, решения новых профессиональных задач и успешной адаптации в ситуациях неопределенности.

В исследовании А. В. Антоновой эмпирически доказывается положительная связь психологического благополучия с самооффективностью и атрибутивным стилем [1], С. А. Водяха в своей работе делает вывод от том, что психологическое благополучие -устойчивое психическое свойство, состоящие в доминировании положительных эмоций, наличии тесных взаимоотношений, субъектной включенности в жизнедеятельность, осмысленности жизни и позитивной самомотивации [2].

Теоретико-методологическую основу исследования составляют труды отечественных и зарубежных ученых и философов, изучающих проблематику психологического благополучия (А. Бандуры, Е. Б. Весны, Л.В. Куликова, Д. А. Леонтьева, К. Рифф, М. Селигмана, П. П. Фесенко, Т. Д. Шевеленковой и др.), основные положения по проблеме самооффективности (Л. Абрамсона, Б. Вайнера, Г. С. Гордиенко, А. А. Дехтяренко, С. В. Лебединской, К. Петерсона, Е. В. Селезнев, А. Я. Фоминых и др.), основные положения по проблеме атрибутивных стилей (А. В. Антонова, И. С. Бабенкова, Н. А. Батурина, М. М. Далгатова, Л. В. Карапетяна, Дж. Роттера, Ф. Хайдера, Д. А. Циринг и др.)

Научная новизна: проведенное исследование вносит вклад в изучение психологического благополучия молодых специалистов в области

компьютерных технологий.

Практическая значимость дипломной работы заключается в возможности использования результатов исследования в научных и образовательных целях, а также в практике психологов для создания тренингов по раскрытию потенциала человека, формированию конструктивного подхода к решению жизненных задач, развитию необходимых навыков для построения успешной карьеры.

Гипотезы исследования:

Общая гипотеза: предположительно существует связь между психологическим благополучием, самооффективностью и атрибутивным стилем сотрудников сферы информационных технологий и студентов факультета компьютерных наук и информационных технологий.

Частные гипотезы:

1. Предположительно существует связь между высоким уровнем психологического благополучия и высокой самооффективностью сотрудников сферы информационных технологий и студентов факультета компьютерных наук и информационных технологий.
2. Предположительно существует связь между высоким уровнем психологического благополучия и оптимистическим атрибутивным стилем у сотрудников сферы информационных технологий и студентов факультета компьютерных наук и информационных технологий.

Целью данного исследования является определение связи психологического благополучия личности, самооффективности и атрибутивного стиля у сотрудников сферы информационных технологий и студентов факультета компьютерных наук и информационных технологий.

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ психологической литературы по проблемам психологического благополучия личности, самооффективности и атрибутивных стилей.

2. Провести диагностику психологического благополучия личности, самоофективности и атрибутивных стилей сотрудников сферы информационных технологий и студентов факультета компьютерных наук и информационных технологий.
3. Проанализировать связь психологического благополучия личности, самоофективности и атрибутивных стилей сотрудников сферы информационных технологий и студентов факультета компьютерных наук и информационных технологий.

Объект исследования - психологическое благополучие как социально- психологический феномен.

Предметом исследования является возможная связь психологического благополучия, самоофективности и атрибутивного стиля у сотрудников сферы информационных технологий и студентов факультета компьютерных наук и информационных технологий.

Методы и методики исследования.

В теоретическом исследовании используется метод анализа специальной литературы.

В эмпирическом исследовании применялись:

- Беседа
- Анкетирование (опрос) (Приложение А)
- Диагностика психологического благополучия: «Шкала психологического благополучия К. Рифф, в адаптации Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко». (Приложение Б);
- Диагностика самоофективности. Методика Дж. Маддукса и М. Шеера (Приложение В);
- Диагностика атрибутивного стиля поведения: Тест атрибутивных стилей (ТАС) (Л.М. Рудина) (Приложение Г).
- Для обработки полученных результатов применяются методы математической статистики, программы IBM SPSS Statistics и Microsoft Office.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературных источников, включающих в себя 65 наименований, и приложений. Главы имеют следующие названия: «Теоретический анализ проблемы психологического благополучия, самоэффективности и атрибутивного стиля», «Эмпирическое исследование связи психологического благополучия с самоэффективностью и атрибутивным стилем». Квалификационная работа содержит графики, диаграммы, таблицы и рисунки. Общий объем работы составляет 93 страницы.

Основное содержание работы

В первом параграфе теоретической части рассматривается психологическое благополучие в контексте основных исследований в отечественной и зарубежной психологии, анализируются различные подходы к пониманию психологического благополучия и его предикторов.

Психологическое благополучие в современной психологии рассматривается как комплексный феномен, включающий в себя субъективную оценку личности удовлетворенности от жизни, ощущение счастья и благополучия, успешности, реализованности, самопринятия, автономии, управления средой и других факторов. К. Рифф создала многомерную модель психологического благополучия, включающую следующие положения: положительные отношения с другими, автономия, управление окружением, личностный рост, цель в жизни, самопринятие [4].

Во втором параграфе теоретической части анализируется проблема самоэффективности в отечественной и зарубежной психологии. Концепция самоэффективности включает в себя способность людей осознавать свои способности и наилучшим образом реализовывать их в повседневной жизни. Дается определение самоэффективности, рассматриваются различные подходы к пониманию сущности и видов самоэффективности, а также связи между самоэффективностью личности различными сферами жизни.

В третьем параграфе теоретической части рассматривается проблема

атрибутивных стилей личности в психологии. Теории атрибуции описывают, как люди склонны объяснять причины своего поведения и поведения других людей. М. Селигман отметил три параметра атрибуции: постоянство, широта и персонализация, введя понятие атрибутивного стиля [3]. Таких стилей всего два: пессимистический стиль объясняет все неблагоприятные для индивида события внутренними, личными причинами, являющимися постоянными и универсальными, благоприятные события расцениваются как временные и вызванные внешними причинами; оптимистический стиль объясняет такие же плохие события причинами внешними, временными и конкретными, а хорошие события как постоянные, универсальные и вызванные личностными причинами.

Четвертый параграф теоретической части посвящен обзору исследований о связи психологического благополучия личности с самоофективностью и атрибутивным стилем. Особое внимание уделено исследованию влияния самоофективности и атрибутивного стиля на оценку личности своей успешности. Оптимистический атрибутивный стиль находится в прямой взаимосвязи с уровнем самоофективности в предметной деятельности и в сфере межличностного общения. Иными словами, чем оптимистичнее человек, тем он в большей степени способен осознавать и реализовывать свои способности, эффективно использовать их как в профессиональной деятельности, так и в сфере межличностного общения.

В главе, посвященной эмпирическому исследованию связи психологического благополучия с самоофективностью и атрибутивным стилем была изложена организация нашего исследования.

Эмпирическая база исследования: настоящее исследование проводилось с сентября 2022 по январь 2023 года среди сотрудников Общества с ограниченной ответственностью «ЭЛГРАД», Общества с ограниченной ответственностью «Рубитех» (сфера деятельности компаний – строительство инженерных сооружений и разработка, сопровождение программного

обеспечения соответственно) и студентов СГУ им. Н.Г. Чернышевского (факультет компьютерных наук и информационных технологий). Опрошенные респонденты - специалистов в области информационных технологий и студенты факультета компьютерных наук и информационных технологий.

Общий объем выборки составил 60 человек (32 % мужчин, 68 % женщин), относящихся к категории «специалист» (23 (70%) женщины и 10 (30%) мужчин) и «студент» (18 (67%) женщин и 9 (33%) мужчин). Возрастной интервал: студенты от 22 до 23 лет, специалисты – от 26 до 36 лет.

Исследование проводилось на основе заполнения респондентами бланков тестов, включающих в себя анкету для сбора статистических данных, опросник «Шкала психологического благополучия К. Рифф, в адаптации Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко» для определения уровня психологического благополучия, для оценки самооффективности был использован опросник «Определение общей и социальной самооффективности Маддукса и Шеера», адаптирована А.В. Бояринцевой, для определения атрибутивного стиля использовался опросник «Тест атрибутивных стилей (ТАС) Л.М.Рудиной».

Математико-статистический анализ проводился с помощью коэффициента ранговой корреляции r -Спирмена.

Проведенное нами исследование, направленное на изучение психологического благополучия, самооффективности и атрибутивного стиля личности у сотрудников сферы информационных технологий и студентов факультета компьютерных наук и информационных технологий позволяет сделать следующие выводы:

1. Существует связь между психологическим благополучием, самооффективностью и атрибутивным стилем у сотрудников сферы информационных технологий и студентов факультета компьютерных наук и информационных технологий. Статистически значимые связи (на уровне $p = <0,01$) были выявлены между шкалой «психологическое

благополучие», «деятельностная самооффективность», «личностная самооффективность» и «атрибутивный стиль». Данные результаты корреляций и сравнительного анализа говорят нам о том, что существует связь между общей удовлетворенностью жизнью, оценкой своих возможностей в общей и социальной деятельности и оптимистичным/пессимистичным атрибутивным стилем. Оптимистичный взгляд на жизнь связан с более выраженной «верой в себя», а значит и высоким уровнем психологического благополучия

2. При сравнении данных групп сотрудников и студентов были выявлены различия в оценке психологического благополучия, самооффективности и атрибутивного стиля. В отличие от сотрудников, студенты имеют более низкое психологическое благополучие, пессимистический атрибутивный стиль и низкую деятельностную и личностную самооффективность. Мы считаем это связано с показателями низкой самооценки данных респондентов, которая сформировалась на основе отсутствия значимого жизненного и профессионального опыта, неуверенности в будущем, конкуренцией на рынке труда среди молодых специалистов. Сотрудники, обладающие большим опытом работы, уверенней «стоят на ногах», ощущают собственную значимость и успешность.

Полученные результаты вносят вклад в изучение связи психологического благополучия с самооффективностью и атрибутивным стилем у студентов и работников сферы информационных технологий, и могут быть использованы для разработки тренингов по коррекции неадаптивных стратегий поведения, межличностных коммуникаций, повышения уверенности себе.

Заключение

В качестве основного результата нашего исследования можно представить следующее: проведенный анализ эмпирических данных выявил, что для психологического благополучия у сотрудников сферы

информационных технологий и студентов факультета компьютерных наук и информационных технологий определяющее значение имеют оценка деятельностной и личностной самооффективности на среднем и высоком уровне, а также промежуточный или оптимистический атрибутивный стиль. Эти факторы личности способствуют осознанности принимаемых решений и осуществляемых действий, формируют позитивные отношения с окружающими, расширяют репертуар адаптивных стратегий, связанных с решением новых задач и расширением межличностных отношений, без которых сложно представить построение успешной карьеры.

Список использованных источников

1. Антонова А. В. Связь стиля атрибуции, субъективного контроля и жизненного благополучия человека // Вестник магистратуры. 2018. №1-3 (76).
2. Водяха С. А. Предикторы психологического благополучия студентов / Водяха С. А. // Педагогическое образование в России. 2013. № 1. – С. 70-74.
3. Почебут Л. Г. Социальная психология. - СПб.: Питер, 2017. - 400 с.
4. Ryff C. D. Psychological well-being // Encyclopedia of gerontology: age, aging, and the aged / Ed. J. E. Birren. San Diego, CA: Academic Press, 1996. - P. 365–369.