

на протяжении всей жизни, начиная с самого раннего детства, носят недостаточно адаптивный характер, что может привести к нарастанию напряжения и развитию хронического стресса (в стрессовых ситуациях). Так, несмотря на определенную легкость восприятия посредством стандартизации, стереотипы искажают восприятие реальности, когда ситуация или объект рассматриваются с точки зрения массовых представлений, без учета фактов, современной оценки и индивидуального подхода.

Таким образом, социальные стереотипы, формирующиеся в сознании с помощью многообразных источников информации, становятся потенциальной мишенью для манипуляций.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ВОЗРАСТ И САМОЭФФЕКТИВНОСТЬ

Гаврилова Е.А., студентка 3-его курса з/о специальности «Психология»
ОНУ им. И.И.Мечникова

Возраст человека – одна из фундаментальных научных категорий. В современном обществе возрастные границы и, соответственно, нормы возрастного развития, все чаще становятся предметом обсуждения представителей различных отраслей знания. Еще несколько десятилетий назад такие события, как поступление в школу, ВУЗ, начало трудовой деятельности, вступления в брак, выход на пенсию и др. были относительно четко «привязаны» к хронологическому возрасту. Как известно, каждому возрастному периоду предписывается некоторый набор характеристик, в том числе и психологических. На фоне интенсивного развития общества, изменяются и представление о возрастных границах и нормах. В свою очередь это влечет изменения в субъективном переживании возраста, зависящем от напряженности, событийной наполненности жизни и субъективно воспринимаемой степени самооффективности личности.

Исследованием психологического возраста занимались такие ученые, как Л.С. Выготский, Б.Г. Ананьев, А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин и другие. Вопросы самооффективности личности были освещены в работах А. Бандуры. В настоящее время некоторые аспекты данной

проблематики не достаточно глубоко изучены и требуют дальнейшей разработки, что и обуславливает актуальность данной темы.

Цель работы – изучить основные характеристики психологического возраста и их взаимосвязи с самооэффективностью личности.

Для достижения поставленной цели нам предстоит решить следующие задачи:

1. На основе анализа научно-методической литературы рассмотреть основные подходы к исследованию возраста человека.
2. Изучить основные стадии и факторы психологического возраста.
3. Изучить основные положения социально-когнитивной теории А. Бандуры, определить суть понятия «самоэффективность».
4. Проанализировать взаимосвязь самооэффективности с психологическим возрастом личности.

Объектом исследования является психологический возраст личности как психосоциальный феномен.

Предмет исследования – взаимосвязь психологического возраста и самооэффективности личности.

Методы исследования: анализ научной литературы по проблеме исследования.

Возраст — период развития человека, характеризуемый совокупностью специфических закономерностей формирования организма и личности. В психологии выделяют три различных вида возраста человека, которые взаимосвязаны между собой. Календарный возраст (паспортный или хронологический) – выражает количество лет жизни человека от рождения до настоящего времени. Биологический возраст характеризует совокупность биологических показателей, функционирование организма в целом (кровеносная, дыхательная, пищеварительная системы и т.п.), то есть это степень молодости или старости тела. Психологический возраст устанавливается путем соотнесения уровня психического (умственного, эмоционального и социального) развития индивида с соответствующим нормативным уровнем. Не часто происходит так, что все возрасты человека совпадают и находятся на одном уровне. Согласно статистике, лишь у каждого четвертого человека психологический возраст соответствует количеству прожитых лет.

Анализ научной литературы показал, что психологический возраст

связан со многими факторами, в частности, с самосознанием, самоконтролем, саморегуляцией и эффективностью личности в различных сферах жизнедеятельности.

Самоэффективность личности в социально-когнитивной теории А. Бандуры подразумевает осознанную способность человека справляться со специфическими и сложными ситуациями и оказывать влияние на эффективность деятельности и функционирования личности в целом. Тот, кто осознал свою самоэффективность, прилагает больше усилий к решению сложных задач, чем тот, кто испытывает сомнения в своих возможностях.

Люди со слабовыраженным чувством самоэффективности характеризуются низким уровнем притязаний и низкой приверженностью тем целям, которые они выбирают; концентрируют свое внимание на самооценочных аспектах, нежели на том, как справиться с заданием; поглощены мыслями о личных недостатках, препятствиях и негативных последствиях; приписывают причины неудачи недостатку способностей; медленно восстанавливают чувство своей эффективности после различных неудач или провалов. Они чаще подвержены стрессам и депрессиям, что в свою очередь негативно сказывается на физическом и психическом состоянии организма. В противоположность им, люди с сильно выраженным чувством личной эффективности рассматривают трудные задачи как вызов, позволяющий им продемонстрировать свои способности; ставят перед собой высокие и ответственные цели и демонстрируют высокую приверженность и настойчивость в их достижении; приписывают причины неудачи недостатку усилий, знаний и умений, которые можно восполнить; увеличивают усилия при возникновении затруднений.

Связь психологического возраста и самоэффективности личности является одной из недостаточно изученных, вызывающих научно-исследовательский интерес. Именно поэтому мы считаем важной выбранную нами тему психологического исследования и предполагаем в перспективе продолжить исследования.

ОСОБЕННОСТИ САООТНОШЕНИЯ ЛИЦ, СКЛОННЫХ К ПЕРФЕКЦИОНИЗМУ