

Взаимосвязь компонентов самодетерминации и временной компетентности личности

Научный руководитель – Туниянц Анна Александровна

Бабук Дарья Сергеевна

Студент (бакалавр)

Филиал Московского государственного университета имени М.В.Ломоносова в
г.Ташкенте, Ташкент, Узбекистан

E-mail: bdaria.951@gmail.com

В современных реалиях быстрого развития, изменения общества человеку важно обладать высоким уровнем временной компетентности для эффективной жизнедеятельности и успешной рационализации ежедневного трудового графика. Одним из факторов формирования временной компетентности может служить самодетерминация личности. Нам представляется, что если человек сможет развить в себе самостоятельность и определённую независимость, то это повлечет за собой способность правильно организовывать свое время для успешного выполнения любой деятельности.

Самодетерминация- стремление человека контролировать собственные действия, поведение, стремление быть их независимым инициатором; способность выбирать и делать выбор, чувствовать именно себя источником собственных действий. Авторами теории самодетерминации являются Э. Деси и Р. Райан [1]. В рамках данного подхода были созданы мини-теории, одной из которых является теория каузальных ориентаций. Согласно ее положениям, существует 3 вида каузальных ориентаций: внутренняя (автономная), внешняя и безличная. Люди с доминирующей автономной каузальной ориентацией оперируют своей внутренней мотивационной системой, им не свойственно самообвинение в случае неудачи, они достаточно гибки в своем поведении. Людям с доминирующей внешней каузальной ориентацией характерно стремление к сверхдостижениям. У людей с безличной каузальной ориентацией возникает феномен «выученной беспомощности», т.к они на своем опыте учатся тому, что окружающая среда никак не реагирует на их действия [2].

Временную компетентность можно рассматривать как особую форму психической организации, которая характеризуется мотивационными, эмоционально-оценочными и когнитивными чертами личности. На нее могут оказывать влияние ряд временных дезорганизаторов: ценностно-смысловые, мотивационные, организационные дезорганизаторы, эмоциональная апатия, эмоциональное напряжение [3]. Поскольку самодетерминация и временная компетентность затрагивают вопросы благополучия, эффективности, продуктивности, конструктивности личности, мы ожидаем, что эти феномены могут иметь между собой связь, причем в этой связи самодетерминация может выступать предпосылкой, фундаментом для более успешного формирования временной компетентности личности. Представляется интересным изучить, какие компоненты самодетерминации и временной компетентности связаны более тесно.

Базой исследования было выбрано 100 молодых мужчин и женщин в возрасте от 20 до 29 лет. Для сбора эмпирических данных использовалась батарея методик, в которую вошли: Методика «Шкала общей каузальной ориентации» (Э. Деси и Р. Райан); Методика «Шкала экзистенции» (А. Лэнгле и К. Орглер); Опросник «Контроль за действием» (Ю. Куль); Методика «Временная компетентность личности» (О.В. Кузьмина); Методика «Диагностика личностных дезорганизаторов времени» (О.В. Кузьмина).

В результате проведенного эмпирического исследования и полученных данных были выявлены следующие взаимоотношения компонентов самодетерминации и временной компетентности.

Автономная каузальная ориентация, как компонент самодетерминации, имеет обратную связь с режимом временной неопределенности ($r = -0,212$, $p < 0,05$). Т.е. чем больше человек автономен, тем меньше он может работать во временной неопределенности. Такая связь может объясняться тем, что режим временной неопределенности включает в себя некий творческий процесс организации себя во времени. Когда человек автономен, он достаточно четко понимает все про себя, что для него важно, он ориентируется на себя, т.е. есть момент некой конкретности. И, соответственно, такой человек требует конкретности от внешней среды.

Внешняя каузальная ориентация не связана с эмоциональным напряжением ($r = -0,003$, $p > 0,05$) которое также является одним из компонентов временной компетентности личности. Это можно объяснить следующим: когда человек знает, что от него исход событий не зависит, он полностью отдает инициативу внешним факторам, следовательно, человек эмоционально не зависит от происходящего, а значит и напряжения у него не будет.

Безличная каузальная ориентация имеет прямую связь с эмоциональной апатией как компонентом временной компетентности личности ($r = 0,451$, $p < 0,05$). Т.е. чем больше выражена безличная каузальная ориентация, тем больше будет проявляться эмоциональная апатия. Данную связь можно объяснить тем, что у людей с безличной каузальной ориентацией возникает феномен «выученной беспомощности», т.к. они на своем опыте учатся тому, что окружающая среда никак не реагирует на их действия. Следовательно, у человека с безличной каузальной ориентацией будет расти эмоциональная апатия.

Свобода и ответственность, как компоненты самодетерминации, имеют обратную связь с ценностно-смысловым и мотивационным компонентами временной компетентности ($r = 0,423$, $r = 0,259$, $r = 0,363$, $r = 0,233$, $p < 0,05$). Т.е. чем больше у человека выражены способности находить реальные возможности действия, доводить дела до конца, тем меньше у него будет выражена потребность в сохранении порядка и выполнении работы в срок. Это может объясняться тем, что человек с выраженной свободой не обращает внимания на текущее время, т.к. он от него фактически независим. А связь между ответственностью и отношением ко времени можно объяснить тем, что человек с выраженной ответственностью привык доводить дела до конца, а значит обращать внимание на сохранение порядка и временные сроки ему бессмысленно, ведь он нацелен на результат.

Резюмируя, результаты, полученные в данном исследовании, позволили глубже изучить проблему самодетерминации и временной компетентности личности, взаимосвязи их компонентов. Наши данные могут быть полезны людям, которые проводят психологическую работу с прокрастинацией, а также тем, кто разрабатывают новые приемы и техники тайм-менеджмента.

Источники и литература

- 1) Гордеева Т.О. Психология мотивации. Москва: Смысл.Академия, 2006. С. 208-212.
- 2) Дергачева О.Е, Дорфман Л.Я, Леонтьев Д.А. Русскоязычная адаптация опросника каузальных ориентаций // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. 2008. № 3, 2008. С. 93-94.
- 3) Кузьмина О.В. Типологические особенности временной компетентности личности // Вестник Удмуртского университета. Серия Философия. Психология. № 3-1. Педагогика, 2012. С. 30-32.