

«Синдром самозванца» у студентов: личностные, социальные и эмоциональные корреляты

Научный руководитель – Прохоров Александр Октябрьнович

Зайнуллин А.Э.¹, Губайдуллина К.И.²

1 - Казанский (Приволжский) федеральный университет, Институт психологии и образования, Казань, Россия, *E-mail: arzainullin@icloud.com*; 2 - Казанский (Приволжский) федеральный университет, Институт психологии и образования, Казань, Россия, *E-mail: karinagub04@icloud.com*

В 1978 г. в американском журнале «Psychotherapy: Theory, Research & Practice» впервые появляется термин «синдром самозванца», описанный в работе П. Клэнс и С. Имс [1]. Комплекс самозванца описывает лиц с высоким уровнем достижений, но, тем не менее, отрицающих собственный успех. Они испытывают постоянный страх и тревогу, считая, что окружающие разоблачат их в собственной некомпетентности. «Самозванцы» уверены, что их успех – это удачное совпадение обстоятельств, а не плата за их усердную работу. Они убеждены, что даже если сделать все возможное, повторить прошлый успех им никогда не удастся [3].

В 1985 г. Д. Харвей и С. Кац дополняют концепцию П. Клэнс и описывают «синдром самозванца» как психологический паттерн, проявляющийся всякий раз, когда возникают задачи, которые будут оценены окружающими. Они рассматривают данный синдром через три основные характеристики: вера, что «самозванец» обманул других; боязнь разоблачения и избегание приписывания собственных достижений личным качествам, знаниям и навыкам. Авторы считают, что все эти черты присутствуют у «самозванцев» одновременно [2].

В настоящее время наблюдается дефицит комплексных исследований, посвященных изучению личностных, эмоциональных и социальных особенностей лиц, переживающих «синдром самозванца». Отсутствие таких исследований, на взгляд авторов, затрудняет понимание данного феномена и препятствует разработке эффективных подходов к его коррекции. В данной работе предпринята попытка восполнить этот пробел посредством анализа взаимосвязей между различными психологическими характеристиками и уровнем выраженности «синдрома самозванца» у студентов.

Результаты исследования. В рамках проведенного исследования нами было опрошено 174 студента. В результате были обнаружены следующие показатели выраженности «синдрома самозванца»: 21 студент демонстрирует низкий уровень по данному показателю, 99 студентов – умеренный уровень, 48 студентов – высокий уровень, 6 студентов – интенсивный уровень.

Взаимосвязь «синдрома самозванца» с личностными особенностями студентов. В результате проведенного корреляционного анализа (коэффициент корреляции Спирмена) нами были выявлены взаимосвязи уровня выраженности «синдрома самозванца» с такими личностными особенностями, как «Общительность» ($r = -,213, p = ,005^{**}$), «Эмоциональная устойчивость» ($r = -,385, p < ,001^{**}$), «Смелость с социальными контактами» ($r = -,398, p < ,001^{**}$), «Подозрительность» ($r = ,209, p = ,006^{**}$), «Напряженность» ($r = ,332, p < ,001^{**}$), «Тревога» ($r = ,519, p < ,001^{**}$), «Интроверсия-Экстраверсия» ($r = -,347, p < ,001^{**}$). Результаты демонстрируют, что «синдром самозванца» у студентов связан с особенностями личности, отражающими низкую социальную уверенность и повышенный уровень тревожности. Высокий уровень выраженности данного синдрома также указывает на возможные трудности в общении и эмоциональной регуляции.

Взаимосвязь «синдрома самозванца» с социальными особенностями студентов. Корреляционный анализ также выявил взаимосвязи между уровнем выраженности «синдрома самозванца» и особенностями социального поведения студентов. В частности, нами были обнаружены корреляции с такими показателями, как «Подчиняемость» ($r = ,290$, $p < ,001^{**}$), «Зависимость» ($r = ,280$, $p < ,001^{**}$), «Доминирование» ($r = -,318$, $p < ,001^{**}$), «Ведомость» ($r = ,386$, $p < ,001^{**}$), «Эскапизм (уход от проблем)» ($r = ,451$, $p < ,001^{**}$), «Принятие других» ($r = -,328$, $p < ,001^{**}$). Результаты корреляционного анализа показывают, что более выраженный «синдром самозванца» у студентов связан с пассивной социальной позицией, повышенной зависимостью от других и склонностью избегать проблем, а также с трудностями в самоутверждении и принятии окружающих. Это указывает на возможное влияние синдрома на межличностные отношения студентов и их стратегии поведения в различных социальных ситуациях.

Взаимосвязь «синдрома самозванца» с особенностями переживаний отрицательных состояний. Далее нами были обнаружены взаимосвязи между уровнем выраженности «синдрома самозванца» и интенсивностью переживания негативных состояний. В частности, было обнаружено, что «синдром самозванца» положительно взаимосвязан с такими состояниями, как «Тревожность» ($r = ,491$; $p < ,001^{**}$), «Фрустрация» ($r = ,433$; $p < ,001^{**}$), «Ригидность» ($r = ,289$; $p < ,001^{**}$). Результаты исследования указывают на значимую связь данного синдрома с негативными эмоциональными состояниями. Люди с высокой выраженностью «синдрома самозванца» чаще испытывают тревожность, фрустрацию и ригидность, что может ухудшать их психологическое благополучие.

Выводы. В рамках проведенного исследования авторами были выявлены различные взаимосвязи уровня выраженности «синдрома самозванца» с различными личностными, социальными особенностями студентов, а также с интенсивностью переживания ими отрицательных психических состояний. В целом, можно сделать вывод о том, что высокий уровень выраженности «синдрома самозванца» положительно взаимосвязан с переживанием отрицательных состояний, неконструктивными формами социального поведения и «негативными» личностными чертами. Следует учитывать, что выборка исследования была ограничена, и для более точных выводов необходимы дальнейшие исследования на выборках с разными социальными, профессиональными и демографическими характеристиками. Тем не менее, если полученные результаты будут подтверждаться в последующих исследованиях, это продемонстрирует важность разработки практических программ, включая тренинги и психологические программы, направленные на снижение уровня выраженности «синдрома самозванца».

Источники и литература

- 1) Clance P. R., Imes S. A. The imposter phenomenon in high achieving women: dynamics and therapeutic intervention // *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, Vol. 15. 1978. No 3. P. 241-247.
- 2) Harvey J. C., Katz C. If I'm so successful, why do I feel like a fake? The impostor phenomenon. NY, 1985.
- 3) Matthews G., Clance P. R. Treatment of the impostor phenomenon in psychotherapy clients // *Psychotherapy in Private Practice*, Vol. 3. 1985. No 1. P. 71-81.