

УДК: 159.9.

Підбуцька Ніна Вікторівна  
Штученко Ірина Євгеніївна  
НТУ «ХПІ»

## ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТРИВОЖНОСТІ ТА САМОЕФЕКТИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

*Анотація: У статті розглядається проблема розвитку сучасної особистості. Розкриваються зовнішні чинники, що зумовлюють тривожність людини. Визначається, що на досягнення успіху та самоефективність особистості впливає тривожність. За допомогою кореляційного аналізу емпірично доведено взаємозв'язок між особистісною та ситуативною тривожністю та само ефективністю особистості.*

*Ключові слова: розвиток, професійне становлення, самоефективність, чинники, особистість, тривожність.*

*Аннотация: В статье рассматривается проблема развития современной личности. Раскрываются внешние факторы, обуславливающие тревожность человека. Определяется, что на достижение успеха и самооэффективность личности влияет тревожность. С помощью корреляционного анализа эмпирически доказана взаимосвязь между личностной и ситуативной тревожностью и же эффективностью личности.*

*Ключевые слова: развитие, профессиональное становление, самооэффективность, факторы, личность, тревожность.*

*Abstract: The article deals with the problem of the development of a modern personality. The external factors that determine the anxiety of a person are revealed. It is determined that anxiety affects the achievement of success and self-efficacy of the person. With the help of correlation analysis, the relationship between personal and situational anxiety and the effectiveness of personality is empirically proven.*

*Key words: development, professional formation, self-efficacy, factors, personality, anxiety.*

Актуальність теми дослідження взаємозв'язку тривожності та самоефективності особистості зумовлюється тим, що у сучасному світі спостерігається підвищення рівня тривожності людей через різні зовнішні фактори, такі як: економічна нестабільність в державі, злочинність, екологічні проблеми тощо. Ці чинники заважають людині досягати поставлених цілей. Таким чином вивчення впливу тривожності на самоефективність людини має важливе значення у здійсненні психокорекційної роботи.

Методики, що використовувались для емпіричного дослідження: діагностика самоефективності (Маддукса і Шеєра), тест особистісної та ситуативної тривожності Спілбергера-Ханіна, діагностика мотивації успіху та боязні невдач (Реан А.О.). Вибірку склали 44 осіб різних професій, серед яких 22 чоловіки та 22 жінки різного віку.

Таблиця 1

Взаємозв'язок між самоефективністю в сфері предметної діяльності та ситуативною і міжособистісною тривожністю.

Рівень самоефективності в сфері предметної діяльності	Ситуативна тривожність (середній бал)	Особистісна тривожність (середній бал)
Низький	35,66	45
Середній	40,14	41
Високий	34	39,5

Визначено взаємозв'язок між самоефективністю в сфері предметної діяльності та ситуативною і міжособистісною тривожністю. За середніми арифметичними значеннями результатів по методиці на визначення ситуативної тривожності, бачимо, що в усіх трьох групах було визначено помірний (середній) рівень тривожності. Але респонденти, в яких було визначено високий рівень самоефективності в сфері предметної діяльності, мають менший показник ситуативної тривожності, ніж респонденти з низькою та середньою самоефективністю.

За середніми арифметичними значеннями результатів по методиці на визначення особистісної тривожності, бачимо, що респонденти з низькою самоефективністю в сфері предметної діяльності мають високий рівень особистісної тривожності, а респонденти зі середнім та високим рівнем самоефективності отримали середні показники особистісної тривожності.

Таблиця 2.

Взаємозв'язок між самоефективністю в сфері міжособистісного спілкування та ситуативною і міжособистісною тривожністю.

Рівень самоефективності в сфері міжособистісного спілкування	Ситуативна тривожність (середній бал)	Особистісна тривожність (середній бал)
Низький	49,75	46,75
Середній	36,75	40,25
Високий	35,66	38,66

Визначено взаємозв'язок між самоефективністю в сфері міжособистісного спілкування та ситуативною і міжособистісною тривожністю. За середніми арифметичними значеннями результатів по методиці на визначення ситуативної тривожності, бачимо, що досліджувані з низькою самоефективністю в сфері міжособистісного спілкування мають високий рівень ситуативної тривожності, а досліджувані зі середнім та високим рівнем самоефективності отримали середні показники ситуативної тривожності. Так само розподілилися бали і за результатами методики на дослідження особистісної тривожності. Тобто піддослідні з високим рівнем тривожності мають низький рівень само ефективності в сфері міжособистісного спілкування. За результатами кореляційного аналізу встановлено статистично достовірний взаємозв'язок: між самоефективністю у сфері предметної діяльності та ситуативною й особистісною тривожністю (-0,51 та -0,44), між самоефективністю у сфері міжособистісного спілкування та ситуативною й особистісною тривожністю (-0,57 та -0,5). Отже, визначено, що чим менший рівень тривожності, тим більший рівень самоефективності має особа.