

**Костакова Ирина Владимировна,**

кандидат психологических наук, доцент кафедры теоретической и прикладной психологии ФБГОУ ВПО «Тольяттинский государственный университет», г. Тольятти

[i.kostakova@tltsu.ru](mailto:i.kostakova@tltsu.ru)



### **Проблема когнитивных установок у женщин в период ранней взрослости в аспекте их профессиональной успешности**

**Аннотация.** В статье анализируются результаты эмпирического исследования рациональности/иррациональности когнитивных установок у женщин в период ранней взрослости в аспекте их профессиональной успешности. Исследование проведено в рамках рационально-эмотивного подхода А. Эллиса.

**Ключевые слова:** установка, рациональность/иррациональность установок, иррациональные установки у женщин в период ранней взрослости, профессиональная успешность.

**Раздел:** (02) комплексное изучение человека; психология; социальные проблемы медицины и экологии человека.

В современных условиях развития российского общества качественно новым образом встает проблема развития и реализации человеческого потенциала. Предъявляются более высокие требования к профессиональной и личностной компетентности специалистов. Проблема развития профессионального потенциала и профессиональной самореализации личности является одной из самых актуальных в настоящее время (С. И. Кудинов, С. С. Кудинов, Л. А. Коростылева) [1, 2].

Когнитивная сфера человека в последние десятилетия является центром междисциплинарного изучения в научном пространстве человекознания. Информатизация и усложнение технологических процессов во всех отраслях профессиональной деятельности наряду с большими возможностями предъявляют более высокие требования к интеллектуальной деятельности специалистов самых разных профессий.

Современные ученые приходят к мнению, что для успешно самореализующегося профессионала характерным качеством является высокий уровень организации когнитивных процессов и когнитивная сложность личности.

С другой стороны, тенденцией современного времени является профессиональная включенность и успешность женщин во многих областях профессиональной деятельности, тенденция к достижению высокого уровня профессиональной самореализации.

Целью исследования стало изучение степени рациональности когнитивных установок в аспекте профессиональной успешности у женщин в период ранней взрослости.

Система убеждений, являясь основой мировосприятия индивида, может содержать как рациональные суждения, основанные и проверяемые опытным путем, так и иррациональные установки. Система убеждений каждого индивида носит феноменологический характер, приобретает в ходе индивидуального опыта и может выражаться в вербальной форме.

Определяя рационально-эмотивную концепцию психологической помощи, А. Эллис ставил цель всестороннего использования потенциала личностного роста и развитие качеств интернальности, ответственности, межличностной толерантности, толерантности к неопределенности, открытости новому опыту, гибкости, объективности позиций, радости и безусловного самопринятия [3].

В сравнении с другими подходами – конструктивизмом Д. Келли, когнитивизмом А. Бека, рационально-эмотивный подход опирается на выделение убеждений «тирании долженствования», препятствующих не только развитию личностного потенциала, но и объективному восприятию и продуктивному мышлению в самых разных сферах жизнедеятельности личности: от межличностной до образовательной и профессиональной. Подход А. Эллиса отличается концентрацией на внутреннем диалоге субъекта, в той или иной степени проявляющемся в его монологических высказываниях.

В эмпирическом исследовании приняли участие женщины городского округа Тольятти Самарской области, относящиеся к возрастному периоду ранней взрослости (возраст 25–35 лет), профессионально занятые в сфере предоставления услуг населению. Численность выборки обследуемых составила 30 человек с разным уровнем образования (высшее образование имели 54% женщин, неоконченное высшее – 20%, средне-специальное – 13% и среднее образование – 13% женщин выборки). Семейный статус женщин тоже различался: женщины в браке и с детьми составили 34% всей выборки, в браке и без детей – 16%, не замужем, с детьми – 17%, не замужем, без детей – 33%. Данную выборку характеризовал также разный профессионально-должностной состав: руководящий состав 33% и рядовой состав работников – 67% всей выборки.

Для выявления содержания системы когнитивных установок у женщин использовались следующие методики: Методика диагностики иррациональных установок А. Эллиса; Тест «Незаконченные предложения» Дж. М. Сакса, С. Леви, где к ответам респондентов был применен метод контент-анализа. Основными единицами анализа завершаемых частей предложений обследуемых являлись проявления таких иррациональных установок, как «катастрофизация», «долженствование в отношении себя», «долженствование в отношении других» и «оценочная установка» в различных сферах жизнедеятельности: межличностной, личностной, профессиональной, образовательной, характеризующих в той или иной степени систему установок в аспекте «рациональности/иррациональности».

Представим далее результаты исследования средних значений степени выраженности рациональности/иррациональности установок у женщин всей выборки (рис. 1).

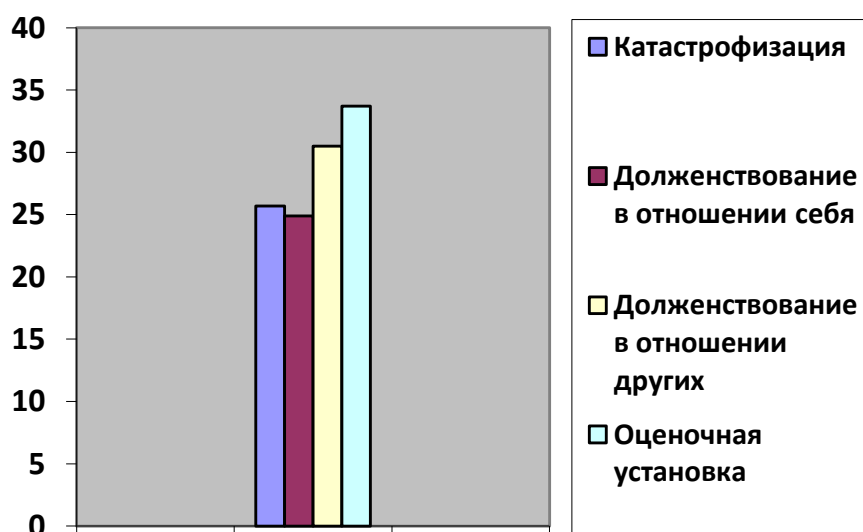


Рис. 1. Средние показатели выраженности иррациональных установок ( $n = 30$ ) у женщин в возрасте 25–35 лет

*Примечание.* Согласно методике А. Эллиса, интерпретация результатов выглядит следующим образом:

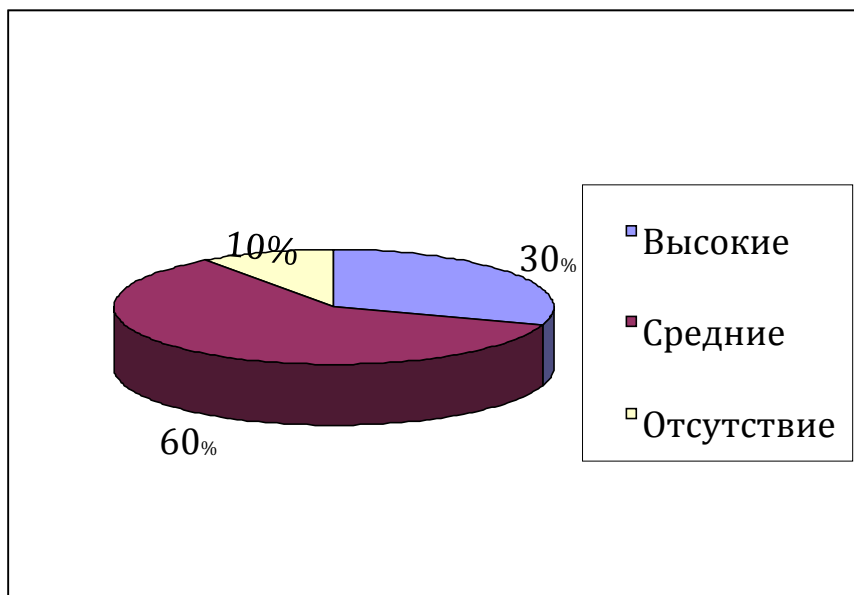
- менее 30 баллов – наличие выраженной иррациональной установки;
- от 30 до 45 баллов – наличие иррациональной установки;
- от 45 и выше – отсутствие иррациональной установки.

Полученные результаты позволяют утверждать, что у женщин данной возрастной группы присутствуют выраженные и умеренно выраженные иррациональные установки. Наиболее выраженными иррациональными установками обследуемых выборки являются установки «катастрофизации» и «долженствования в отношении себя».

По степени выраженности иррациональных установок были выделены следующие группы женщин:

- 1) группа с выраженной степенью показателей иррациональных установок;
- 2) группа со средними показателями выраженности иррациональных установок;
- 3) группа с отсутствием иррациональных установок.

В группу женщин с выраженной степенью показателей иррациональных установок вошли женщины, которые имеют по результатам методики 4–5 иррациональных установок (30% женщин). Группу со средними показателями выраженности иррациональных установок, от 1 до 3 иррациональных установок представили большинство женщин выборки (60%). В третью группу вошли женщины из числа 10% численности выборки, у которых не были обнаружены иррациональные установки (рис. 2).



*Рис. 2. Распределение показателей выраженности иррациональных установок у женщин в возрасте 25–35 лет в процентном отношении*

Среди женщин с высокими показателями иррациональных установок 77,8% имеют невысокую базовую должность, а 22,2% занимают руководящую должность. По уровню образования имеют: 44,5% – высшее образование, 22,2% – неоконченное высшее, 22,2% – среднее специальное и 11,1% среднее образование. Возраст испытуемых этой группы относился к диапазону от 26 до 33 лет. Таким женщинам свойственно каждый раз оценивать неблагоприятное событие как чрезвычайно-негативное, предъявлять чрезмерно высокие требования как к себе, так и к другим людям. Так же их характеризует способность оценивать не конкретные факты: отдельные поступки, действия, черты окружающих, а ими производится глобальная оценка личности или ситуации в целом, без опоры на конкретные факты и детали. Наряду с ярко выраженными иррациональными суждениями женщины этой группы обладают низкой стрессоустойчивостью,

плохо справляются с трудностями, обычно обладают завышенной или заниженной самооценкой, имеют негативное, пессимистическое отношение к жизни и к окружающим, довольно эмоциональны и импульсивны в своем поведении.

В группу женщин со средними показателями выраженности иррациональных установок вошли женщины, преимущественно имеющие невысокую или среднюю должность – 61,1%, а также часть женщин с руководящей должностью 38,9%. Уровень образования респондентов составил – 50% женщин с высшим образованием, 22,2% – с неоконченным высшим, 16,7% – средним специальным и 11,1% средним образованием. Возраст обследуемых этой группы – от 25 до 35 лет, и преимущественно – это женщины в возрасте 25–28 лет. Женщины этой группы так же подвержены стрессовым состояниям, их когнитивная деятельность связана с выраженными иррациональными установками «катастрофизации» и «долженствование в отношении себя». Для взаимоотношений с другими людьми для них характерно напряжение и повышенное чувство долженствования, предъявление повышенных требований как к себе, так и к окружающим.

В группе женщин, у которых отсутствуют выраженные иррациональные установки, все без исключения занимают высокую руководящую должность в коллективе, имеют высшее образование. Средний возраст этих женщин 32–33 года. Они хорошо умеют справляться с трудностями, обладают высокой стрессоустойчивостью, умением рационально мыслить, производить объективную, адекватную оценку происходящего, окружающих, им присуща высокая и при этом адекватная самооценка. У таких женщин хорошо развито чувство долга и ответственности, иногда они проявляют повышенные требования в отношении себя. Это можно связать с их руководящим должностным положением в коллективе, которое предполагает повышенную ответственность в связи с профессионально-должностными обязанностями, эти женщины склонны беспокоиться о рабочем процессе и сотрудниках.

Результаты второй методики «Незавершенные предложения» практически полностью подтверждают результаты методики А. Эллиса.

Исходя из результатов проведенных методик можно говорить, что у данной группы женщин в возрасте от 25 до 35 лет наблюдаются две выраженные иррациональные установки: «катастрофизация» и «долженствование в отношении себя».

С помощью методики «Незаконченные предложения» нами были выявлены сферы, в которых проявляются иррациональные суждения. Можно констатировать, что у 32% женщин выборки наблюдается признаки иррационального мышления, так как иррациональные суждения активно проявляются как в профессиональной, так и в межличностной сфере жизнедеятельности. У большинства женщин, 42% всей численности выборки, иррациональные установки актуализируются в сфере межличностных отношений, тогда как профессиональная сфера их не задействует, а значит, их профессиональное мышление отличается рациональностью. Однако, мы выявили и противоположные результаты – у 32% женщин иррациональное мышление связано с исключительно с профессиональным поведением, и это может проявляться в виде проблем и трудностей в выполнении ими профессионально-должностных обязанностей. Полное отсутствие иррациональности в высказываниях женщин наблюдалось лишь у 6% выборки, двух женщин из числа руководителей. Кроме того, было выявлено сравнение степени выраженности данных установок и занимаемой должности у обследуемых женщин. Так средний показатель количества иррациональных установок у женщин-руководителей составил 1,2; а женщин рядовых сотрудников неруководящих должностей – 3,45.

Таким образом, мы видим, что существует следующая тенденция: чем выше занимаемая должность женщин и профессиональная успешность, тем степень выраженности иррациональных установок ниже, и наоборот. Это можно объяснить тем, что у женщин с более высокими должностями уровень ответственности, образования, когнитивных процессов и самоорганизации личности выше, а значит, и происходящие события воспринимаются ими более объективно и рационально.

Для обработки данных использовалась программа SPSS Statistics (Version 17), результаты позволяют утверждать о статистически значимых показателях рациональности/иррациональности когнитивной сферы у женщин. Так были получены данные об особенностях взаимосвязи между возрастом и степенью выраженности иррациональных установок. Степень выраженности установки «долженствования в отношении себя» снижается с возрастом ( $r = 0,41$   $p \leq 0,05$ ) (напомним, что показатели шкалы методики А. Эллиса носят обратный характер). Женщины с возрастом начинают относиться к себе с большим самопринятием, способны к более рациональной оценке и управлению собой без преувеличенного самопринуждения и сверхответственности. Вероятно, это связано с хорошим знанием своих особенностей, способностью к объективной оценке профессиональных и жизненных проблем и ситуаций, основой которых является накопленный профессиональный и жизненный опыт.

На уровне тенденции прослеживается положительная взаимосвязь между уровнем образования и степенью рациональности мышления.

Значимые различия были получены по степени выраженности рациональности мышления среди женщин с разной профессиональной успешностью. Так у женщин, занимающих руководящие должности и женщин, занимающих рядовые должности, выявились значимые различия в проявлениях рационального мышления ( $t = 2,65$ ,  $p \leq 0,01$ ). Этот факт можно объяснить взаимообуславливающими причинами: с одной стороны, профессионально-управленческим опытом женщин-руководителей и, с другой стороны, первоначальными требованиями к личностно-профессиональным компетенциям, связанными, например, с целеполаганием, объективной оценкой как собственной деятельности, так и деятельности сотрудников и подчиненных, принятием оперативных решений, разрешением профессиональных конфликтов. Все это требует когнитивной сложности, высокой самоорганизации и рационального мышления будущих руководителей.

Таким образом, проведенное эмпирическое исследование, выявив особенности рациональности/иррациональности когнитивных установок у современных женщин в период ранней взрослости, обозначило ряд проблем.

Во-первых, высокую и среднюю степень выраженности иррациональных суждений у 90% женщин, что требует определения подходов к их психологическому сопровождению, разработки и осуществления коррекционно-развивающих программ.

Во-вторых, наличие иррациональных установок не способствуют профессиональной успешности и профессиональному развитию, и скорее будут препятствовать профессиональной самореализации личности. Последнее утверждение требует дальнейшей эмпирической проверки.

Исследование актуализировало проблему взаимосвязи профессиональной успешности и когнитивного развития личности, что определяется потребностями современного общества, его направленностью на развитие профессионального и личностного потенциала, но является лишь одним из аспектов данной проблемы. Перспективными направлениями научных исследований могут стать дальнейший научный поиск и обоснование подходов оптимизации профессиональной самореализации специалистов, а также разработка новых методов и технологий развития профессиональной самореализации.



## Ссылки на источники

1. Кудинов С. И., Кудинов С. С. Методологические проблемы исследования самореализации личности // Вестник Башкирского университета. – 2015. Т. 20. – № 2. – С. 696–699.
2. Коростылева Л. А. Уровни самореализации личности // Психологические проблемы самореализации личности / под ред. Е. Ф. Рыбалко, Л. А. Коростылевой. – Вып. 4. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 2000. – С. 21–46.
3. Эллис А. Когнитивный элемент депрессии, которым несправедливо пренебрегают // Московский психотерапевтический журнал. – 1994. – № 1.

**Irina Kostakova,**

*Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the chair “Theoretical and applied psychology”, Togliatti State University, Togliatti*

[i.kostakova@tltsu.ru](mailto:i.kostakova@tltsu.ru)

## The problem of cognitive attitudes of women in early adulthood in terms of their professional success

**Abstract.** The article analyzes the results of empirical research of rational-irrational attitudes of women in early adulthood in terms of their professional success.

Research was conducted within the framework of A. Alice's rational-emotive approach.

**Key words:** cognitive attitudes, rationality-irrationality of attitudes, irrationality attitudes of women in early adulthood, professional success.

## Рекомендовано к публикации:

Горевым П. М., кандидатом педагогических наук,  
главным редактором журнала «Концепт»

|   |          |  |          |
|---|----------|--|----------|
| Поступила в редакцию<br><i>Received</i>                 | 09.11.15 | Получена положительная рецензия<br><i>Received a positive review</i> | 18.11.15 |
| Принята к публикации<br><i>Accepted for publication</i> | 18.11.15 | Опубликована<br><i>Published</i>                                     | 01.12.15 |



[www.e-koncept.ru](http://www.e-koncept.ru)

© Концепт, научно-методический электронный журнал, 2015

© Костакова И. В., 2015