

Сравнительный анализ и взаимосвязь выраженности феномена «самозванца», компонентов психологического благополучия и эмоциональных переживаний у студентов

Научный руководитель – Устин Павел Николаевич

Зайнуллин А.Э.¹, Губайдуллина К.И.²

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

Введение. В 1978 г. понятие феномена «самозванца» было впервые введено в психологическую науку американскими психологами П. Клэнс и С. Имс. Авторы предложили следующее определение данного феномена: «внутреннее ощущение сомнения в своих интеллектуальных способностях, которое особенно часто встречается среди женщин с высоким уровнем достижений» [1, р. 242]. Американские психологи Д. Харвей и С. Кац дополнили концепцию феномена «самозванца» и выделили три основных компонента, характеризующих людей, которые переживают данный синдром: убежденность в том, что человек «обманул» окружающих, страх «разоблачения» и неадекватная оценка собственных способностей и достижений [2]. В начале XXI в. был проведен эксперимент, в ходе которого обнаружилось, что люди с высокой выраженностью феномена «самозванца» не всегда демонстрируют неуверенность в собственных навыках и умениях. Они способны адекватно относиться к требованиям внешнего мира при определенных обстоятельствах. Таким образом, феномен «самозванца» не всегда выступает в качестве устойчивой личностной черты, но может проявлять себя и как ситуативное состояние в ответ на определенные воздействия из внешней среды [3].

На сегодняшний день феномен «самозванца» активно изучается в зарубежной психологической науке, однако в российских исследованиях данному феномену уделяется сравнительно мало внимания. Отсутствие подобных исследований, на взгляд авторов, затрудняет понимание феномена «самозванца» в российских реалиях и ограничивает возможности разработки практических методов, направленных на снижение и преодоление данного феномена. Данная работа предпринимает попытку восполнить имеющийся пробел и прояснить особенности проявления феномена «самозванца» и его связь с психологическим благополучием и эмоциональными переживаниями в студенческой среде.

Результаты исследования. В ходе проведенного исследования нами было продиагностировано 209 студентов Казанского (Приволжского) федерального университета. В результате было обнаружено следующее распределение по уровням выраженности феномена «самозванца»: 23 студента демонстрируют низкий уровень по данному показателю, 109 студентов – умеренный уровень, 66 студентов – высокий уровень, 11 студентов – интенсивный (очень высокий) уровень. Соответственно, выборка была разделена на две группы: «самозванец» как состояние ($N = 132$) и «самозванец» как устойчивая личностная черта ($N = 77$).

Сравнительный анализ эмоциональных переживаний и компонентов психологического благополучия в группах студентов с различной выраженностью феномена «самозванца». В результате проведенного сравнительного анализа с использованием U-критерия Манна-Уитни нами были обнаружены статистически значимые различия в группах студентов, испытывающих феномен «самозванца» как состояние и как

устойчивую личностную черту, по следующим показателям: «Шкала субъективного счастья» ($p \leq 0,000$), «Автономность» ($p \leq 0,000$), «Компетентность» ($p \leq 0,000$), «Личностный рост» ($p \leq 0,002$), «Позитивные отношения» ($p \leq 0,000$), «Жизненные цели» ($p \leq 0,000$), «Самопринятие» ($p \leq 0,000$), «Общий показатель психологического благополучия» ($p \leq 0,000$), «Радость» ($p \leq 0,001$), «Горе» ($p \leq 0,000$), «Презрение» ($p \leq 0,003$), «Страх» ($p \leq 0,004$), «Стыд» ($p \leq 0,000$), «Вина» ($p \leq 0,001$), «Индекс острых негативных эмоций (НЭМ)» ($p \leq 0,004$), «Индекс тревожно-депрессивных эмоций (ТДЭМ)» ($p \leq 0,001$) и «Индекс позитивных эмоций (ПЭМ)» ($p \leq 0,001$). Полученные данные свидетельствуют о том, что у студентов с высокой степенью проявления феномена «самозванца» (как личностной черты) статистически значимо ниже выражены показатели субъективного счастья и психологического благополучия, а также в большей степени проявляются негативные эмоциональные переживания по сравнению с группой с низкой степенью проявления данного феномена (как ситуативного состояния).

Взаимосвязь феномена «самозванца» с компонентами психологического благополучия студентов. В результате проведенного корреляционного анализа (коэффициент корреляции Спирмена) нами были выявлены взаимосвязи выраженности феномена «самозванца» с такими компонентами психологического благополучия, как «Субъективное счастье» ($r = -,331^{***}$), «Автономность» ($r = -,498^{***}$), «Компетентность» ($r = -,559^{***}$), «Личностный рост» ($r = -,274^{***}$), «Позитивные отношения» ($r = -,425^{***}$), «Жизненные цели» ($r = -,496^{***}$), «Самопринятие» ($r = -,591^{***}$) и «Общий показатель психологического благополучия» ($r = -,626^{***}$). Такие результаты демонстрируют наличие статистически значимых отрицательных корреляционных связей между выраженностью феномена «самозванца», субъективным счастьем и компонентами психологического благополучия студентов. Повышение выраженности данного феномена сопровождается снижением автономности, компетентности, личностного роста, позитивных отношений, жизненных целей и самопринятия.

Взаимосвязь феномена «самозванца» с эмоциональными переживаниями студентов. Корреляционный анализ также выявил взаимосвязи между выраженностью феномена «самозванца» и эмоциональными переживаниями студентов. В частности, нами были обнаружены корреляции с такими показателями, как «Радость» ($r = -,169^{**}$), «Горе» ($r = ,275^{***}$), «Презрение» ($r = ,164^{**}$), «Страх» ($r = ,212^{***}$), «Стыд» ($r = ,270^{***}$), «Вина» ($r = ,217^{***}$), «Индекс острых негативных эмоций (НЭМ)» ($r = ,190^{***}$) и «Индекс тревожно-депрессивных эмоций (ТДЭМ)» ($r = ,251^{***}$). Такие результаты демонстрируют наличие статистически значимых корреляционных связей между выраженностью феномена «самозванца» и эмоциональными переживаниями студентов. Повышение выраженности данного феномена сопровождается понижением позитивного эмоционального фона и усилением негативных переживаний.

Выводы. В рамках данного исследования авторами были выявлены статистически значимые различия и корреляционные связи между выраженностью феномена «самозванца», психологическим благополучием и эмоциональными переживаниями студентов. В целом, можно сделать вывод о том, что более высокая степень проявления феномена «самозванца» сопровождается снижением субъективного счастья, компонентов психологического благополучия, позитивного эмоционального фона и усилением негативных эмоциональных переживаний. Следует учитывать, что выборка исследования была ограничена студенческой средой. Дальнейшие исследования должны охватывать людей с разными социальными, профессиональными и демографическими характеристиками. Тем не менее, полученные результаты подчеркивают важность разработки практических программ, направленных на снижение проявлений феномена «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*. 1978. Vol. 15. 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) Leary M.R., Patton K., Orlando A., Funk W. The impostor phenomenon: self-perceptions, reflected appraisals, and interpersonal strategies // *Journal of Personality*. 2000. Vol. 68. № 3. P. 725-756.