

восприятием и уровнем адаптации. Для коррекции негативных проявлений разработанна тренинговая программа.

Ключевые слова: реабилитация, тренинговая программа, инклюзивный туризм, лица с инвалидностью.

Chupina K.

PhD-student,
Pavlo Tychna Uman State Pedagogical University
Uman, street Sadova 2
katarinka_chupina@ukr.net

REHABILITATION BY INCLUSIVE TOURISM: PSYCHOLOGICAL ASPECT

Abstract. The article considers the complex issue of psychological rehabilitation by means of inclusive tourism. Rehabilitation emerges as an integrated program of interventions that enables people with disabilities and chronic health to achieve maximum health and well-being, functional roles and participation in public life. During the research we used theoretical methods, including analysis, synthesis, comparison and empirical research. To determine the level of self-esteem and adaptation among people with disabilities were used methods: methods of research of socio-psychological adaptation of K. Rogers — R. Diamond, methods of “Assessment of the level of sociability” Ryahovsky, methods of SAN (health, activity, mood). According to the results of the research, the majority of people with disabilities who receive education in the university have an adequate level of adaptation, understand well that everything depends on them and put their personality in the foreground, not manifestations of disability. Unfortunately, about 15–20 % have problems with self-perception and level of adaptation. To correct the negative manifestations, a training program has been developed, which will be aimed at correcting self-esteem, sociability, level of adaptability and improvement of soft skills. The program will be implemented in a mixed format, part of the training will be conducted in an educational institution, the other will be combined with inclusive tours.

Key words: rehabilitation; training program; inclusive tourism; people with disabilities.

Стаття надійшла до редакції 10.05.2021р.

УДК 159.955

DOI: [https://doi.org/10.18524/2707-0409.2021.1\(53\).241363](https://doi.org/10.18524/2707-0409.2021.1(53).241363)

Шовкова О. Д.

аспірантка кафедри психології та педагогіки Національного університету «Острозька академія», вул.Семінарська, 2, м.Острог, Рівненська обл.
e-mail: oksana.shovkova@oa.edu.ua
ORCID ID 0000-0002-9656-1165

ІЛЮЗІЯ КОНТРОЛЮ ЯК ВИД ІЛЮЗІЇ МИСЛЕННЯ

Люди часто допускають помилки, оцінюючи власний контроль над певною ситуацією, що призводить до виникнення ілюзорного контролю — завищення оцінки впливу поведінки індивіда на неконтрольовані результати. Віра у власну здатність контролювати розвиток подій та впливати на їхні наслідки пов'язана з суб'єктивною оцінкою ймовірності цих подій індивідом з огляду на його внутрішні цінності та задоволення власних потреб. У статті здійснено теоретичний аналіз поняття «ілюзія контролю» у когнітивній психології: розглянуто наукові підходи, чинники, що призводять до виникнення ілюзії контролю та мають вплив на її прояви, а також причини, що сприяють проявам ілюзорного контролю.

Ключові слова: ілюзія мислення, ілюзія контролю, мислення, ймовірність, евристики.

Постановка проблеми. Визнаючи причинно-наслідковий зв'язок між визначеними діями та певними результатами, люди схильні ірраціонально визнавати, що здатні за допомогою власних навичок контролювати не лише конкретні індивідуальні результати, а й випадкові події також. Віра у власну здатність контролювати розвиток подій та впливати на їхні наслідки пов'язана з суб'єктивною оцінкою ймовірності цих подій. Зацікавленість у позитивному розв'язанні проблеми, активна участь у її розв'язанні та задалегідь відомий сприятливий результат, як правило, сприяють тому, що очікування передбачуваного ствердого наслідку оцінюється вище. Чим більше люди вірять

у власний вплив на результат події та її контрольованість, тим вище оцінюють її ймовірність [16]. Проте найчастіше віра у контрольованість ситуації виявляється ілюзорною й відповідно у таких випадках оцінка ймовірностей подій виявляється помилковою — завищеною або заниженою [4].

З явищем ілюзії контролю тісно пов'язаний ефект «надмірної впевненості» у власних силах та здібностях, коли люди помилково приписують потенційні результати своїм природним задаткам та талантам, а не зовнішнім чинникам або удачі. Гіперболізація особистого впливу на результат події сприяє виникненню ілюзії контролю над ситуацією, що може вплинути на поведінку людини як у професійному, так й у повсякденному житті, призводячи до помилок в оцінці ймовірностей випадкових подій [22]. Неволодіння/неповнота базових спеціальних знань, неналежна компетентність у статистичному аналізі даних, ігнорування теорії ймовірностей, власна самовпевненість, одночасно з інтуїтивним прирівнюванням кореляції до причинно-наслідкового зв'язку здатні призвести до прийняття неважливого рішення та отримання менш бажаних результатів. Хоча з іншого боку, за умов адекватної оцінки ймовірностей віра у контрольованість подій може бути цілком обґрунтованою стосовно цілого ряду ситуацій, оскільки людина, яка прагне до позитивного результату (або уникає негативних наслідків), здатна вплинути на те, що з нею відбувається й тим самим збільшити ймовірність успіху [16; 4].

Не всі події піддаються контролю, тому з метою передбачення наслідків дій вважаємо важливим з'ясувати, що впливає на виникнення та розвиток ілюзії контролю, враховуючи її здатність позначатися на будь-яких рішеннях та аспектах повсякденного життя. Однією з цілей нашого дослідження є намагання пояснити феномен ілюзії контролю вже відомими даними щодо когнітивних процесів загалом, з метою уникнення припущення будь-якого спеціального механізму, який відповідає виключно за явище ілюзії контролю.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Особливості прояву ілюзорного контролю в різних сферах здебільшого розглядалися у роботах закордонних науковців: у соціальній психо-

логії (Langer; Thompson; Fast; Gino), сфері психічного здоров'я (Alloy, Abramson; Taylor, Brown; Novović), сфері мотивації та емоцій (McKenna, Thompson, Langens), процесі прийняття рішень (Heckhausen, Gollwitzer; Koehler; Matute). Експерименти показали, що студентам коледжів притаманна ілюзія керування неконтрольованим світлом, звуком або лотерейним розіграшем (Langer, Alloy, Abramson; Wasserman; Matute; Aeschleman; Msetfi). Повідомлялось про ілюзії контролю у студентів, які намагались вилікувати вигаданих пацієнтів, використовуючи фіктивний лікарський препарат (Blanco), та у користувачів Інтернету, які прагнули заробити очки у неконтрольованій комп'ютерній грі (Matute). Ілюзія контролю відома й серед спортсменів, які часто вважають, що для досягнення успіху важливі певні ритуали або талісмани (Bleak, Frederick) або навіть серед спортивних глядачів, схильних відчувати, що їхня підтримка крізь екран (чи її відсутність) здатна принести успіх улюбленій команді (Pronin). Суб'єкти сфери торгівлі та споживачі також схильні до ілюзії контролю (Fenton-O'Creevy, Kramer, Block), як і самі компанії та організації (Durand) [21].

Дослідження індивідуальних відмінностей прояву ілюзії контролю було пов'язано зі статевою ознакою (жінки, зазвичай, підпадають під сильніший вплив ілюзії контролю, ніж чоловіки; Alloy, Abramson; Wong; Vyse; Wolfradt; Dag), забобонними переконаннями (Rudski), психопатологією (Wolfradt, Dag); колективною поведінкою (Morris; Goldberg) та сферою спорту (Laurendeau). Відомі й дослідження ілюзорного контролю під час психічних розладів, таких як депресія (Alloy, Abramson; Vázquez; Blanco), обсессивно-компульсивних розладів (Reuven-Magril, Reuven) та у сфері фізичного здоров'я (Harris & Middleton) [21].

У вітчизняній науковій літературі проблема ілюзорного контролю під час мисленневих процесів аналізу та обробки інформації залишається на даний час недостатньо дослідженою. Зовсім недослідженим залишається феномен ілюзії контролю у навчальній діяльності студентів ЗВО.

Мета статті — здійснити теоретичний аналіз ілюзії контролю як виду ілюзії мислення у когнітивній психології та визначити напрями її можливого нівелювання.

Виклад основного матеріалу. Збираючи цілісне знання з метою побудови єдиної наукової картини світу, люди самостійно обирають, оцінюють та обробляють різноманітні дані за допомогою різних джерел інформації, проте однакові об'єктивні вхідні дані можна інтерпретувати по-різному. Залежно від особистого сприйняття соціальної реальності, на основі власного сприйняття зворотного зв'язку люди схильні створювати свою власну «суб'єктивну соціальну реальність», що визначає основу їхньої поведінки у соціумі [13]. Когнітивні спотворення здатні впливати на формування переконань та алгоритм дій індивіда, його оцінку соціальних явищ і норм. Мимовільні систематичні помилки у мисленні або шаблонні відхилення, яких неможливо уникнути, що виникають на основі дисфункціональних переконань, впроваджених у когнітивні схеми — концептуальні структури — абстрактні репрезентації типових подій, ситуацій, що використовуються під час сприйняття інформації та використовуються з метою усвідомлення світу, отримали назву «*когнітивні ілюзії*» [2]. Класифікувати ілюзії, пов'язані з мисленням або судженням, досить складно. Згідно з Pohl, ілюзії мислення як когнітивні ілюзії передбачають застосування певного правила (наприклад, теореми Баєса, перевірки гіпотези чи силістичного міркування). Ці правила походять від нормативних моделей (таких як теорія ймовірностей, принцип фальсифікації або логіка) і їхні результати зазвичай служать стандартами, за якими оцінюється діяльність людини. Типовими завданнями для виявлення ілюзій мислення є оцінка ймовірності, перевірка логічного висновку або виявлення прихованого правила [22].

Одним із когнітивних викривлень є переоцінювання індивідом ймовірності особистісного успіху, пов'язане зі здатністю приймати абсолютно випадкові події за контрольовані процеси. Цей феномен отримав назву «*ілюзія контролю*». Langer [16] визначила ілюзію контролю як неадекватно завищене очікування особистісного успіху у порівнянні з об'єктивною ймовірністю. Ефект проявляється, коли людина зацікавлена у позитивному результаті події, будь-яким чином залучена до участі у цій події або успішний результат події відомий індивіду заздалегідь [2]. З метою подальшої розробки концепції ілюзії контролю до-

слідники маніпулювали умовами, що змушували людей робити надто узагальнені судження щодо контролю, непередбачених ситуацій, здатності до прогнозування тощо. Різні дослідження використовували відмінні оперативні визначення ілюзії контролю. Ці визначення можна класифікувати як прогнозування ймовірності успіху, як визначення ймовірних ситуацій, як контрольне оцінювання та неоднозначні дії, які важко віднести до одного з попередніх трьох класів [24].

Дослідження феномена «ілюзії контролю» у психології базується на трьох підходах: 1) аналізі пріоритетів варіантів (Langer); 2) експериментальних дослідженнях вимірювання рівня уявного контролю (Alloy, Abramson); 3) самозвітах суб'єктів, пов'язаних з контролем (McKenna) [22].

Досліджуючи поведінку студентів під час участі у лотереї, Langer виявила, що віра у контрольованість ситуації, а саме: право вибору лотерейного білета та наявність білета з певними «щасливими» символами впливали на оцінку ймовірності виграшу. Вплив ілюзорного контролю виявлявся й під час випадкової карткової гри, коли оцінка опонента як некомпетентного впливала на самовпевненість гравця, підвищуючи його впевненість в успіху, що було підтверджено розміром ставок [16]. Langer також зауважила, що відсутність здатності відрізнити завдання з випадковим результатом від завдання з закономірним результатом, яке пов'язано із застосуванням навичок, свідчать, що об'єктивна ймовірність, мабуть, не найважливіша змінна, що керує поведінкою суб'єктів. Зазначивши, що відкрита та прихована поведінка людей спрямовані на отримання максимальної ймовірності успіху, Langer вперше виокремила чинники, пов'язані з навичками, що можуть впливати на виникнення ілюзії контролю: *суперництво (конкуренція), активне та пасивне залучення, вибір, вплив чинника обізнаності під час випадкових ситуацій* [16].

Індивіди можуть розглядати результат своїх дій як випадковий результат, що виник під дією зовнішніх факторів, або як наслідок власних дій, здібностей, умінь та навичок. Як зазначали Бибрих та Орлов [3], переоцінювання об'єктивної ймовірності виграшу у завданнях з випадковим результатом пов'язане з орі-

ентацією індивіда переважно на величину мотивів заохочення, а не на ймовірні умови дій щодо досягнення виграшу, що одночасно з переоцінкою ймовірнісного зв'язку між метою та результатом вчинку призводило до розгляду об'єктивно незалежних елементів завдання як залежних один від одного, тобто завдання з випадковим результатом (шанс) розглядалось як завдання на навички. У завданнях з випадковим результатом спостерігається зазвичай асиметричне приписування: удачу частіше приписують внутрішнім чинникам, а невдачу — зовнішнім факторам. Внутрішнє приписування удачі у завданнях з випадковим результатом, на думку Бибрих та Орлова, можливо пов'язане з феноменом псевдоздібностей та є специфічним відображенням цих здібностей з метою отримання результату. Поєднання псевдоздібностей та внутрішнього характеру приписування часто створює із завдання з випадковим результатом завдання на навички з типовими для нього переживаннями успіху, невдачі й особистої відповідальності за результати своїх дій. Приписування неуспіхів зовнішнім чинникам пов'язано, очевидно, з недиференційованістю псевдоздібностей, що ускладнює їхнє гнучке співвідношення як з успіхами, так і з невдачами. Можливо, що зовнішній характер приписування неуспіхів у завданнях з випадковим результатом пов'язаний з більш інтенсивним їхнім переживанням, порівняно з переживанням успіхів [3].

Бибрих та Орлов [3] також зауважують, що водночас спостерігається своєрідна раціоналізація випадкового зв'язку мети та результату — уявлення щодо специфічних здібностей у завданнях з випадковим результатом. Ці феномени суб'єктивної псевдозалежності незалежних подій, псевдоздібностей дуже стійкі й часто виникають, подібно оптичним ілюзіям, навіть тоді, коли суб'єкт «знає» об'єктивний стан речей. Характерною особливістю раціоналізації випадкового зв'язку між метою дії та її результатом у термінах псевдоздатностей є те, що «залежний», «закономірний» характер цього зв'язку виступає як результат не лише однієї будь-якої псевдоздібності. Зрозуміло, що об'єктивно не існує здатності, релевантної діям з випадковим результатом, тому в якості псевдоздібностей виступають, як правило, багато властивостей індивіда: уважність, передбачливість, інтелект, хитрість і навіть вік [3].

Дослідження Alloy, Abramson пропонувало студентам оцінити ступінь випадковості між їхніми реакціями (натискання/не натискання вимикача) й результатом (ввімкненням світла) та вплив особистого контролю на ситуацію. Було виявлено, що учасники переоцінювали міру випадковості між особистими відповідними реакціями та результатами попри об'єктивну міру непередбачуваних обставин. Валентність результату вплинула на ілюзію контролю. Ілюзорний контроль був набагато виразнішим у жінок, ніж у чоловіків. Дослідження Langer [16] надало підказку цієї інтерпретації: чоловіки, на відміну від жінок, не демонструють ілюзії контролю у тих дослідженнях, де присутній високий рівень потреби у раціональності [8]. Alloy та Abramson виявили, що за відсутності об'єктивних непередбачуваних чинників люди здебільшого не застосовують математичних правил випадковості для прогнозування, використовуючи ряд не завжди обґрунтованих евристичних методів, здатних призводити до неточних, помилкових суджень стосовно контролю. Використання евристик змушує робити прогнози на основі подібності оцінок між доказами та прогнозованим результатом, спонукає прогнозувати на основі легкості, з якою приходять на думку відповідні випадки передбачуваної події [5]. Використання евристик дозволяє сформулювати більш або менш точні обґрунтовані судження, проте часто здатне призводити й до систематичних помилок [8].

Самозвіти стосовно контролю власної поведінки за різних обставин McKenna виявили, що оцінювання власного успіху респондентами-водіями є вищим за умови особистого керування авто під час непередбачуваної ситуації на дорозі, ніж якби контроль над цією ситуацією залежав від іншої людини. Під впливом ілюзії контролю водії вважали, що завдяки особистим навичкам вони можуть створити відносну несприйнятливність до негативних подій, таких як аварії на дорозі, проте коли елемент контролю усували, кількість суджень стосовно невразливості на дорозі різко зменшувалась [19]. Переконавання індивідів щодо переваг особистого контролю над ситуацією можуть бути й ілюзорними, адже інші водії можуть гідно справитися з подібними непередбачуваними проблемами.

Теоретичну модель для розуміння сприйняття людьми контролю було надано Gino з колегами: *індивіди неточно оцінюють свій особистий контроль*. Зокрема, коли контроль об'єктивно низький, люди схильні переоцінювати його, проте коли контроль об'єктивно високий, передбачалось, що люди недооцінюватимуть його [12]. Таким чином, неточне сприйняття контролю може мати потенційні наслідки стосовно поведінки людей у ситуаціях, важливих для групових та організаційних процесів й результатів, де люди не здатні здійснювати повний контроль.

За Langer, на прояв ілюзії контролю мають вплив такі чинники: *особиста включеність* (індивід, який бере участь у події, схильний до прояву ілюзії контролю ситуації); *звичність* (у незнайомих умовах людина діє обережніше й не виявляє ініціативу, тоді як в повторюваних ситуаціях вона відчуває впевненість у своїх знаннях та силах і може піддатись впливу ілюзії контролю); *успішний результат* (ймовірність прояву ілюзії контролю вища, коли успішний результат відомий заздалегідь, і нижча, якщо індивіду невідомо, який результат є сприятливим); *спрямованість на успіх* (на індивіда діє заохочувальна мотивація, наприклад, якщо результат ситуації може бути позитивним (грошовий приз), то це активізує ілюзію контролю); *настрій індивіда* (від психоемоційного стану людини залежить рівень її схильності до ілюзії контролю) [2].

Експерименти продемонстрували, що *належність до влади або володіння нею* може призводити до зростання ілюзорного контролю. Fast з колегами припустили, що наявність владних повноважень є однією з ознак, що посилює відчуття контролю над подіями, навіть коли ці події випадкові й не пов'язані з джерелом та контекстом влади [11].

Причини виникнення ілюзії контролю підсумували Thompson з колегами [24; 25] — це *чинники, пов'язані з практичним досвідом та навичками, інтенціональність*, що включає ступінь передбачуваності результату, орієнтацію на досягнення успіху, бажаність, потребу в результаті та /або прагнення контролю, сприйняття своєї здатності досягти такого результату, *логічність (наявність зв'язку) між поведінкою й результатом та відсутність зв'язку з реальністю* [24; 25]. Langens [15] допо-

внив ці чинники фактором *впливу регуляційної спрямованості особистості*. Зокрема теорія регуляційної спрямованості (Higgins, 1997; 1998) передбачає, що перебуваючи у фокусі поступального розвитку, індивіди надають особливого значення відповідності між своїми діями та передбачуваним результатом, що може сприяти виникненню ілюзії контролю навіть за відсутності об'єктивного зв'язку між ними [15].

На основі емпіричних результатів було виявлено й інші чинники, здатні впливати на сприйняття контролю у завданнях із випадковими результатами. Зокрема такими чинниками можуть бути *сприйняття особистої вдачі, час прийняття рішення, локус контролю, стиль сприйняття контролю та його бажаність, послідовність результатів* (успішні результати на початку, в кінці або рівномірні впродовж експерименту), *можливість застосовувати практичні навички, частота підкріплення результату, потреба в результаті, усвідомлення випадковості отриманих результатів* [1; 10; 20]. Ступінь реальності впливів цих чинників вимагає подальшого вивчення, оскільки вони розглянуті лише у декількох дослідженнях.

Одним із чинників, якому приділяється значно менше уваги, є *особистісний фактор*. На думку Ejoва [10], це частково пов'язано з тим, що у межах основної парадигми ілюзія контролю вважається загальним ефектом. Зокрема індивідуальні особливості людей, які, ймовірніше, будуть брати участь у ритуалах або забобонах, виконуючи повторювані формальні послідовні дії, відмінні від технічних, навчальних та професійних здобутків, що, на їхню думку, можуть впливати на удачу або на інші зовнішні чинники, є також важливим для прогнозування виникнення ілюзорного контролю [23]. Як зазначають Rudski та Edwards, багато пов'язаних зі спортом забобонів не обов'язково ефективно впливають на продуктивність та результат змагання. Успіх у спортивних змаганнях часто залежить від навичок і становища суперників, тоді як танцювальні виступи та іспити більш тісно пов'язані з особистістю. Учасники дослідження у самозвітах часто припускали, що використання ритуалів допомагало їм зосередитися та розслабитися або адекватніше реагувати на усі можливі наслідки гри, проте якщо

мотивація використання ритуалу полягає в забезпеченні відчуття контролю, то сприйняття й фактичне використання цих ритуалів може створювати аналогічні ілюзії [23].

У тих випадках, коли псевдоздібність індивіда розглядається як наслідок особливих властивостей ситуації або завдання, спостерігається феномен, характерний для процесу цілеутворення у завданнях з випадковим результатом, — так звані магічні дії. Зазвичай магічні дії спрямовані на складові завдання та є своєрідним проявом псевдоздібностей [3]. Зокрема деякі студенти вважають, що здатні контролювати ситуацію під час сесії за допомогою особливих ритуалів і неохоче порівнюють оцінки, отримані з використанням своїх талісманів та без них. Студенти, які частіше покладались на забобони, не були впевнені в результаті через незадовільну підготовку або низький рівень навичок. Зі зростанням важливості результату ймовірність використання ритуалу у цих студентів збільшувалась. Використання ритуалів дає учасникам підвищене відчуття контролю над ситуацією, навіть якщо цей контроль ілюзорний [23]. Здається, що виникнення ілюзії контролю легко зменшити, попереджаючи студентів про альтернативні пояснення подій, які вони намагаються контролювати. Однак експерименти свідчать, що коли людей попереджають про інші потенційні пояснення очевидного успіху нетрадиційної медицини чи будь-якого талісману, вони все одно не бажають переглядати основи базових переконань [26].

Окрім особистісного фактора однією зі змінних, що найбільш чітко впливає на розвиток ілюзії контролю, є *ймовірність результату*. Інша змінна, що, як відомо, має вплив на ілюзорний контроль, — *ймовірність відповідної реакції* (або у більш загальному сенсі — *ймовірність виникнення потенційної причини*). Чим вище ці дві ймовірності, тим вище ймовірність збігу між потенційною причиною і результатом і, отже, вища ймовірність виникнення ілюзії контролю. Зокрема з погляду теорії асоціативного навчання ілюзія контролю розглядається як систематичне когнітивне викривлення в умовах виявлення причинно-наслідкових зв'язків [21]. Під час осмислення подій загалом систематичні спотворення причинно-наслідкових зв'язків є дуже поширеним явищем [9]. Якщо у свій час певна поведінка

(дії) та ситуація були тісно пов'язані, існує схильність розглядати їх як причинно-наслідкові зв'язки [20]. Це неправильне сприйняття зв'язку між власними діями та бажаним результатом може відбуватися з огляду на різні механізми, наприклад, надання більшого значення підтверджувальним випадкам з бажаним результатом та відповідно зменшення цінності інформації, де позитивний результат відсутній; розбіжності в оцінюванні різних типів інформації, коли перевага віддається випадкам, у яких присутні потенційна причина й результат, і знецінюються події, де причина та результат відсутні; неоднакове сприйняття контекстної інформації, коли результати та причини подій невідомі для оцінки тощо [24; 21]. Люди можуть відчувати, що вони усвідомлюють зв'язок між своєю дією та конкретним результатом, базуючись на спостереженні лише кількох пар «дія — результат», проте цих даних недостатньо для визначення умовних ймовірностей. Використання цього зв'язку для оцінювання контролю може сформувати відчуття контролю без спостереження за поведінкою та результатами, оскільки попередні асоціації між двома елементами або передбачуваний зв'язок можуть бути встановлені лише на основі подібності у значенні або попередніх очікувань. Ідея стосовно використання зв'язку між власними діями та результатом може допомогти пояснити наявність контролю у тих сферах, де індивіди безпосередньо не спостерігали випадковості між тим, що вони роблять, й тим, що надалі відбувається [24]. Виокремивши зв'язок ілюзії контролю з ймовірністю відповідної реакції, Matute з колегами [17] стверджували, що єдиним способом дізнатись про особистий контроль є одночасна перевірка та з'ясування того, що відбуватиметься, коли індивіди здійснюють відповідну реакцію, та що станеться, коли вони не реагуватимуть. Дослідники резюмують, що надання подібної інформації рівноцінно висвітленню основних принципів наукового мислення [17].

У переважній більшості випадків, коли людина робить висновок про наявність причинного зв'язку між певними подіями, це відбувається миттєво, на рівні інтуїції, якою виступає весь життєвий досвід, накопичені уявлення про те, що зазвичай відбувається в аналогічних випадках, тобто знання певних

закономірностей. Цей процес здійснюється симультанно, без продуманого поетапного аналізу [7]. Усвідомити інтуїтивний зв'язок між діями та бажаним результатом легше, ніж визнати відсутність особистого контролю над подією, що об'єктивно від тебе не залежить або залежить значно меншою мірою. Натомість люди покладаються на простіші, але не обов'язково точні стратегії — евристики. Зокрема Thompson з колегами [25] пояснювали ілюзорний контроль застосуванням простих правил, що можна використовувати для роздумів у якості оцінки особистого контролю над досягненням результату — «евристикою контролю» [25]. Евристика контролю включає два елементи: прагнення людини досягти результату та відчутний зв'язок між власною дією та бажаним результатом [20]. Використання очевидного зв'язку між дією та результатом для оцінки контролю, як і у випадку з іншими евристичними, часто призводить до точного або досить точного судження, проте використання спрощеного методу оцінки зв'язку, а не ймовірних обставин, може призводити й до систематичних помилок мислення, відомих як когнітивні викривлення [24; 5]. За Langens, евристика контролю одночасно з відмінностями у стратегічних напрямках розвитку здатна провокувати вищий рівень ілюзії контролю в осіб, сфокусованих на досягненні своїх цілей, ймовірно, шляхом систематичних помилок під час обробки інформації, на відміну від осіб з низьким сприйняттям контролю, які сфокусовані на профілактиці, пов'язаній з пильністю стосовно виявлення помилок, що можуть призводити до невдач («правильних відмов»), тобто на більш зосередженому способі [15].

За даними науковців, віра у власний контроль над випадковою подією найчастіше пов'язана виключно з особистою здатністю віддавати значну перевагу інформації, яка підтверджує власні переконання всупереч альтернативним доказам, що можуть спростовувати наведені факти [6]. З огляду на вплив особистих переконань, здатних генерувати альтернативні дії для оцінювання, індивіди можуть не точно оцінювати причинно-наслідкові зв'язки, й тому не завжди спроможні отримати та проаналізувати достатньо доказів «за» та «проти», адже пошук варіантів серед альтернативних стратегій розширюється. Зокре-

ма завдяки впливу базових переконань альтернативи, що генеруються, можуть відрізнятися за типом, кількістю варіантів дій або за обома варіантами одночасно. Зі збільшенням кількості альтернативних доказів та використанням метакогнітивного моніторингу можна виявити відсутність особистого контролю над цими зв'язками, проте найчастіше автоматична евристичність поведінки як альтернатива раціональним алгоритмам мислення превалює, оскільки у багатьох випадках вона є найбільш доцільною або й необхідною. Це не сприяє зміні власного способу мислення на метамислення в умовах метакогнітивного контролю, а використання спрощених способів мислення може призводити до когнітивних помилок, зокрема й до ілюзорного контролю [5].

Matute з колегами [18] вважають, що розвиток ілюзій можна передбачити або зменшити, якщо зрозуміти умови, в яких когнітивна система здатна помилятися під час співвідношення причин з наслідками та під час оцінювання випадкових співвідношень. Зазначалось, що причинно зумовлені запитання щодо випадкових обставин спонукають більш точно використовувати фактичну інформацію, ніж оцінні питання щодо ефективності, які здатні породжувати сильніші ілюзії [18]. Науковцями було продемонстровано, що поява та зникнення упередженої оцінки ймовірної ситуації узгоджувались з поняттям обрамлення («фреймінгу») й, отже, залежали від інтерпретації вірогідної події. Koehler з колегами відзначили, що ілюзія контролю з'являлась тоді, коли випадкове завдання було «обрамлено» як завдання на особистісні навички [14]. Перефразоване ж завдання з урахуванням множинності подій сприяло руйнації обрамлення, яке створювало ілюзію, й заміні його на таке, що сприяло використанню статистичного аналізу. Питання у межах повторюваної події сприяли послабленню ілюзії контролю порівняно з аналогічними запитаннями у межах унікальної події з імовірним результатом. Отже, активізація аналітичного мислення здатна послабляти вплив ілюзії контролю [14].

Дослідження фактичних взаємозв'язків між діями та результатами у різних ситуаціях, на думку Orgaz з колегами, можливо, могло б допомогти навчитись виявляти потребу в

контролі у випадках, коли між подіями відсутня ймовірність непередбачених чинників. Також, на їхню думку, важливою є розробка стратегій, здатних допомогти людям бути більш точними під час загального виявлення непередбачених обставин з метою зниження ймовірності їхнього переоцінювання [21].

Ілюзії та упередження є результатом нормального функціонування нашої когнітивної системи, оскільки вона пов'язана з Всесвітом й отримує з нього інформацію, зіставляючи причини та наслідки подій. Мотивація тримати під контролем власне оточення з метою максимізації успіху сприяє тому, що індивіди, оцінюючи ймовірний особистий вплив на результат події, припускаються мимовільних систематичних помилок у мисленні, приймаючи абсолютно випадкові події за контрольовані процеси. Переоцінювання особистих здібностей під час фокусування на досягненні бажаних результатів, неправильна інтерпретація зв'язку між власними діями та результатом, неврахування ймовірних обставин та об'єктивної ймовірності виникнення подій, висока частота повторюваності успішних результатів тощо можуть призвести до систематичних когнітивних викривлень в умовах виявлення причинно-наслідкових зв'язків, спричиняючи мимовільні систематичні помилки у мисленні під час сприйняття та обробки інформації у процесі оцінювання індивідом контролю над ситуацією.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Відомо, що будь-яка діяльність може бути об'єктивно організована або сприйнята індивідом суб'єктивно: як діяльність з непередбачуваним результатом (сукупність шансів) чи як діяльність із закономірним результатом (сукупність завдань на навички). Виникнення ілюзорної псевдозалежності між структурними елементами діяльності в процесі виявлення причинно-наслідкових зв'язків у завданнях з випадковим результатом опосередковане суб'єктивною оцінкою ймовірності події та являє собою специфічне відображення переоцінювання власних здібностей індивіда з метою отримання бажаного результату. Ця ілюзорна псевдозалежність причинно-наслідкового зв'язку між метою, мотивом та їхньою реалізацією під час результату дії відповідним чином впливає на когнітивну активність. Це зре-

штою може призводити до когнітивних спотворень, що є невинними, проте керованими, які роблять людей передбачливо ірраціональними. Ілюзія контролю як когнітивне викривлення може призводити до прийняття рішень на основі випадковостей та когнітивних ілюзій на протигагу знанням.

Недооцінювання основної умови, що діє у завданнях з випадковим результатом — оцінювання об'єктивних закономірностей випадкових явищ, — виявлення яких важливе для отримання бажаних наслідків, засвідчує слабку раціональну обґрунтованість «когнітивної розробки» проблеми або незадовільність планування власної діяльності з метою розв'язання проблеми.

Список використаних джерел і літератури

1. Ануфриев Г. В. Влияние причинно-следственного вопроса на иллюзию контроля / Г. В. Ануфриев, А. Д. Жукова // Теоретическая и экспериментальная психология. — 2018. — № 11(2). — С. 93–103.
2. Беляева Е. Р. Роль когнитивных искажений в приобщении индивида к социально-культурной деятельности / Е. Р. Беляева, Г. А. Кунафина // Современные проблемы науки и образования. — 2016. — № 3.
3. Бибрих Р. Р. Мотивация и целеобразование в поведении с закономерным и случайным исходом / Р. Р. Бибрих, А. Б. Орлов // Вопросы психологии. — 1985. — № 1. — С. 167–174.
4. Когнитивная психология / под ред. В. Н. Дружинин, Д. В. Ушаков. — М.: Пер Се, 2002. — 480 с.
5. Психологія мислення / под ред. І. Д. Пасічник. — Острог: Видавництво Національного університету «Острозька академія», 2015. — 560 с.
6. Шовкова О. Д. Підтверджувальне упередження як вид ілюзії мислення / О. Д. Шовкова // Технології розвитку інтелекту. — 2020. — № 4 (3(28)).
7. Ярмиш Н. М. Теоретичні проблеми причинно-наслідкового зв'язку в кримінальному праві (філософсько-правовий аналіз): дис. ... доктора юридичних наук / Н. М. Ярмиш. — Х.: Національна юридична академія України імені Ярослава Мудрого, 2003.
8. Alloy L. B. Judgment of contingency in depressed and nondepressed students: Sadder but wiser? *Journal of Experimental Psychology: General* / Alloy L. B., Abramson L. Y. — 1979. — 108(4). P. 441–485.
9. Burger J. M. Desire for Control and the illusion of Control: The Effects of Familiarity and Sequence of Outcomes. *Journal of research in personality* / Burger J. M. — 1986. — 20. — P. 66–76.
10. Ejova A. The illusion of control: influencing factors and underlying psychological processes. Ph.D. — University of Adelaide, 2013.

11. Fast N. J., Gruenfeld D. H., Sivanathan N., Galinsky A. D. Illusory Control: A generative force behind power's far-reaching effects.. *Psychological Science*. — 2009. — 20(4). — P. 502–508.
12. Gino F., Sharek Z., Moore D. A. Keeping the illusion of control under control: Ceilings, floors, and imperfect calibration. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*. — 2011. — 114(2). — P. 104–114.
13. Greifeneder R., Bless H., Fiedler K. eds. *Social Cognition: How Individuals Construct Social Reality*. — London: Routledge, 2018.
14. Koehler J. J., Gibbs B. J., Hogarth R. M. Shattering the illusion of control: Multi-shot versus single-shot gambles. *Journal of Behavioral Decision Making*. — 1994. — 7(3). — P. 183–191.
15. Langens T. A. Regulatory focus and illusions of control. *Personality and Social Psychology Bulletin*. — 2007. — 33(2). — P. 226–237.
16. Langer E. J. The illusion of control. *Journal of Personality and Social Psychology*. — 1975. — 32. — P. 311–328.
17. Matute H., Vadillo M. A., Vegas S., Blanco F. Illusion of Control in Internet Users and College Students. *CyberPsychology & Behavior*. — 2007. — 10(2). — P. 176–181.
18. Matute H., Yarritu I., Vadillo M. A. Illusions of causality at the heart of pseudoscience. *British Journal of Psychology*. — 2011. — 102(3). — P. 392–405.
19. McKenna F. P. It won't happen to me: Unrealistic optimism or illusion of control? *British Journal of Psychology*. — 1993. — 84(1). — P. 39–50.
20. Novović Z., Kovač A., Đurić V., Biro M. Positive and negative affect in illusion of control. *Psihologija*. — 2012. — 45(4). — P. 395–407.
21. Orgaz C., Estévez A., Matute H. Pathological gamblers are more vulnerable to the illusion of control in a standard associative learning task. *Frontiers in Psychology* — 2013. — 4. — P. 1–7.
22. Pohl F. R. ed. *Cognitive illusions: Intriguing phenomena in judgement, thinking and memory*. New York, NY: Psychology Press, 2017.
23. Rudski J. M., Edwards A. Malinowski Goes to College: Factors Influencing Students' Use of Ritual and Superstition. *The Journal of General Psychology*. — 2007. — 134(4). — P. 389–403.
24. Thompson S. C., Armstrong W., Thomas C. Illusions of control, underestimations, and accuracy: A control heuristic explanation. *Psychological Bulletin*. — 1998. — 123(2). — P. 143–161.
25. Thompson S. C., Kyle D., Osgood A., Quist R. M., Phillips D. J., McClure M. Illusory control and motives for control: The role of connection and intentionality. *Motivation and Emotion*. — 2004. — 28(4). — P. 315–330.
26. Vadillo M. A., Matute H., Blanco F. Fighting the illusion of control: How to make use of cue competition and alternative explanations. *Universitas Psychologica*. — 2013. — 12(1). — P. 261–269.

References

1. Alloy, L. B., & Abramson, L. Y. (1979). Judgment of contingency in depressed and nondepressed students: Sadder but wiser? *Journal of Experimental Psychology: General*, 108(4), 441–485.
2. Anufriev, G. V., Zhukova, A. D. (2018). Vliyanie prichinno-sledstvennogo voprosa na illyuziyu kontrolya. *Teoreticheskaya i eksperimentalnaya psihologiya*, 11(2), 93–103.
3. Belyaeva, E. R., Kunafina, G. A. (2016). Rol kognitivnykh iskazheniy v priobshchenii individa k sotsialno-kulturnoy deyatel'nosti. *Sovremennyye problemy nauki i obrazovaniya*, 3.
4. Bibrih, R. R., Orlov, A. B. (1985) Motivaciya i celeobrazovanie v povedenii s zakonomernym i sluchajnym iskhodom. *Voprosy psihologii*, 1, 167–174.
5. Burger, J. M. (1986). Desire for Control and the illusion of Control: The Effects of Familiarity and Sequence of Outcomes. *Journal of research in personality*, 20, 66–76.
6. Druzhinin, V. N., Ushakov, D. V. red. (2002). *Kognitivnaya psihologiya*. Moskva: Per Se.
7. Ejova, A. (2013). *The illusion of control: influencing factors and underlying psychological processes*. Ph.D. University of Adelaide.
8. Fast, N. J., Gruenfeld, D. H., Sivanathan, N., & Galinsky, A. D. (2009). Illusory Control: A generative force behind power's far-reaching effects.. *Psychological Science*, 20(4), 502–508.
9. Gino, F., Sharek, Z., & Moore, D. A. (2011). Keeping the illusion of control under control: Ceilings, floors, and imperfect calibration. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 114(2), 104–114.
10. Greifeneder, R., Bless, H., & Fiedler, K., eds. (2018). *Social Cognition: How Individuals Construct Social Reality*. London: Routledge.
11. Koehler, J. J., Gibbs, B. J., & Hogarth, R. M. (1994). Shattering the illusion of control: Multi-shot versus single-shot gambles. *Journal of Behavioral Decision Making*, 7(3), 183–191.
12. Langens, T. A. (2007). Regulatory focus and illusions of control. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33(2), 226–237.
13. Langer, E. J. (1975). The illusion of control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 32, 311–328.
14. Matute, H., Vadillo, M. A., Vegas, S., & Blanco, F. (2007). Illusion of Control in Internet Users and College Students. *CyberPsychology & Behavior*, 10(2), 176–181.
15. Matute, H., Yarritu, I., & Vadillo, M. A. (2011). Illusions of causality at the heart of pseudoscience. *British Journal of Psychology*, 102(3), 392–405.
16. McKenna, F. P. (1993). It won't happen to me: Unrealistic optimism or illusion of control? *British Journal of Psychology*, 84(1), 39–50.
17. Novović, Z., Kovač, A., Đurić, V., & Biro, M. (2012). Positive and negative affect in illusion of control. *Psihologija*, 45(4), 395–407.
18. Orgaz, C., Estévez, A., & Matute, H. (2013). Pathological gamblers are more vulnerable to the illusion of control in a standard associative learning task. *Frontiers in Psychology*, 4, 1–7.

19. Pasichnyk, I. D. red. (2015). *Psykhohohiia myslennia*. Ostroh: Vydavnytstvo Natsionalnoho universytetu «Ostrozka akademiia».
20. Pohl, F. R., ed. (2017). *Cognitive illusions: Intriguing phenomena in judgment, thinking and memory*. New York, NY: Psychology Press.
21. Rudski, J. M., & Edwards, A. (2007). Malinowski Goes to College: Factors Influencing Students' Use of Ritual and Superstition. *The Journal of General Psychology*, 134(4), 389–403.
22. Shovkova, O. D. (2020). Confirmation bias as a kind of thinking illusion. *Technologies of intellect development*, 4, (3(28)).
23. Thompson, S. C., Armstrong, W., & Thomas, C. (1998). Illusions of control, underestimations, and accuracy: A control heuristic explanation. *Psychological Bulletin*, 123(2), 143–161.
24. Thompson, S. C., Kyle, D., Osgood, A., Quist, R. M., Phillips, D. J., & McClure, M. (2004). Illusory control and motives for control: The role of connection and intentionality. *Motivation and Emotion*, 28(4), 315–330.
25. Vadillo, M. A., Matute, H., & Blanco, F. (2013). Fighting the illusion of control: How to make use of cue competition and alternative explanations. *Universitas Psychologica*, 12(1), 261–269.
26. Yarmysh, N. M. *Teoretychni problemy prychynno-naslidkovoho zviazku v kryminalnomu pravi (filosofsko-pravovyi analiz): dys... doktora yurydychnykh nauk / N. M. Yarmysh. — Kh.: Natsionalna yurydychna akademiia Ukrainy imeni Yaroslava Mudroho, 2003.*

Шовковая О. Д.

аспирантка кафедры психологии и педагогики
Национального университета «Острожская академия»

ИЛЛЮЗИЯ КОНТРОЛЯ КАК ВИД ИЛЛЮЗИИ МЫШЛЕНИЯ

Оценивая собственный контроль над определенной ситуацией, люди часто допускают ошибки, что может способствовать возникновению иллюзорного контроля — завышения оценки влияния поведения индивида на неконтролируемые результаты. Вера в личную способность контролировать развитие событий и влиять на их последствия связана с субъективной оценкой вероятности этих событий индивидом, учитывая его внутренние ценности и удовлетворение собственных потребностей. В статье осуществлен теоретический анализ понятия «иллюзия контроля» в когнитивной психологии: рассмотрены научные подходы, факторы, приводящие к возникновению иллюзии контроля,

влияющие на её проявления, а также причины, способствующие проявлениям иллюзорного контроля.

Ключевые слова: иллюзия мышления, иллюзия контроля, мышление, вероятность, эвристики.

Shovkova O.

PhD student in Psychology, The National University
of Ostroh Academy

THE ILLUSION OF CONTROL AS A CATEGORY OF THE ILLUSION OF THINKING

People often make mistakes evaluating their personal control over certain situations. It is the result of a normal functioning of cognitive system. The illusion of control is a cognitive bias. It is our tendency to believe that, or act as if, we can skillfully influence and control outcomes of chance events. The illusion of control occurs when individuals overestimate their personal influence over an outcome.

The article provides a theoretical analysis of the concept of «the illusion of control» in cognitive psychology. Langer (1975) originally proposed that the illusion of control occurs because people confuse skills and chance situations. Langer found that people's confidence in their chances of winning was influenced by many different factors—none of which actually had any effect on their chances of winning. Thompson et al. (1998) have presented a more comprehensive explanation of the illusion of control based on a control heuristic that can account for more of the findings. According to the control heuristic explanation, people use both connection and intention to judge their control. Because both can be present even when control is not, personal control is often overestimated. The illusion of control is affected by skill-related factors, success or failure emphasis, need or desire for the outcome, mood, intrusion of reality, power, and regulatory focus. The illusion of control consists of overestimating the influence that our behavior exerts over uncontrollable outcomes. The challenge for scientists is to research how individuals manage their use of illusory control across a variety of circumstances to find optimal effects.

Key words: illusion of thinking, illusion of control, thinking, probability, heuristics.

Стаття надійшла до редакції 02.05.2021р.