

W ostatnim czasie obserwuje się gwałtowne pogorszenie stanu zdrowia psychicznego osób studiujących, a presja osiągnięć, wyniki w nauce oraz plany po ukończeniu nauki są wskazywane przez młodzież jako jedno z najczęstszych powodów stresu. Stwarza to potrzebę zintensyfikowania badań nad nagłym problemem pogarszającego się stanu psychicznego studentów. Niniejszy projekt dotyczy zjawiska impostoryzmu jako potencjalnego czynnika ryzyka w uzależnieniu od uczenia się wśród osób studiujących. Uzależnienie od uczenia się można definiować w tych samych ramach teoretycznych jak każde inne uzależnienie behawioralne i w wielu aspektach jest ono podobne do uzależnienia od pracy. Jako uzależnienie od uczenia się określa się bycie przesadnie skupionym na uczeniu się, bycie napędzanym przez niekontrolowaną potrzebę uczenia się i poświęcanie uczeniu się takiej ilości energii i wysiłku, że doprowadza to do zaniedbania relacji osobistych, aktywności w czasie wolnym lub zdrowia. Uzależnienie od uczenia się uważa się za wczesną formę uzależnienia od pracy w późniejszym życiu i charakteryzuje się również podobnym występowaniem, tj. między 8 a 10%. Kluczowe jest, aby rozróżnić uzależnienie od uczenia się od zaangażowania w naukę, które uważa się za pozytywne zjawisko charakteryzujące się do pasją i entuzjazmem w procesie uczenia się. Zważywszy na powagę konsekwencji uzależnienia od uczenia się, takich jak zaburzenia lękowe, zaburzenia snu czy depresja, niezwykle istotne jest określenie jego czynników ryzyka.

W projekcie zweryfikowana zostanie hipoteza, że jednym z czynników leżących u podstaw uzależnienia od uczenia się jest subiektywne doświadczenie intelektualnej fałszywości, określane jako impostoryzm lub inaczej jako „syndrom oszusta”. Impostoryzm charakteryzuje się poczuciem, że w rzeczywistości jest się mniej inteligentnym i kompetentnym niż sądzą inni. Zjawisko to dotyczy zazwyczaj ambitnych osób, które pomimo swoich obiektywnie wysokich osiągnięć, mają trudności z internalizacją sukcesu. Uzależnienie od uczenia się i impostoryzm przejawiają liczne podobieństwa w zakresie czynników ryzyka, objawów i skutków. W projekcie zweryfikowane zostanie założenie, że studenci z wysokim poziomem impostoryzmu próbują kompensować subiektywne braki umiejętności i aby zapobiec byciu odkrytym przez innych jako „intelektualni oszuści” angażują się w nadmierne uczenie się prowadzące do uzależnienia.

Ruminacje związane z uczeniem się, rozumiane jako uporczywy schemat myślenia, zostaną zbadane jako potencjalny mechanizm (tj. mediator) związku pomiędzy impostoryzmem i uzależnieniem od uczenia się na podstawie założenia, że osoby o wysokim impostoryzmie przesadnie skupiają się i zamartwiają akademickim aspektem życia, a owe obsesyjne myśli prowadzą je do kompulsywnego uczenia się. W projekcie sprawdzona zostanie także rola następujących czynników moderujących związek między impostoryzmem i uzależnieniem od uczenia się: rodzicielskiej presji akademickiej oraz potencjalnie ochronna rola samowspółczucia, czyli pozytywnej i nieoceniającej postawy wobec siebie. Ponadto, w projekcie zbadane zostanie, czy kontekst kulturowy odgrywa rolę w związku impostoryzmu z uzależnieniem od uczenia się. Kraje Wschodu i Zachodu różnią się w zakresie konstruktów Ja, a tym samym również sposobów postrzegania porażki. Podczas gdy w indywidualistycznych krajach Zachodu z Ja niezależnym porażkę postrzega się jako coś, co odbija się wyłącznie na reputacji jednostki, w kolektywistycznych krajach Wschodu z Ja współzależnym, porażka odbija się również na najbliższych osobach i jako taka przynosi wstyd całej rodzinie. Zważywszy na te różnice, projekt zweryfikuje, czy w kolektywistycznych krajach Wschodu osoby o wysokim impostoryzmie do przesadnej nauki popycha w większym stopniu strach przed rozczarowaniem bliskich osób, podczas gdy w indywidualistycznych krajach Zachodu – strach przed dewaluacją własnej wartości.

W celu zweryfikowania przedstawionych hipotez przeprowadzone zostaną dwa badania online z udziałem uczniów i studentów: (i) dwuletnie badanie podłużne z udziałem co najmniej 1000 pełnoletnich uczniów klas maturalnych liceów z sześcioma pomiarami zaplanowanymi w trakcie ich ostatniego roku nauki w szkołach średnich i kolejno pierwszego roku studiów uniwersyteckich; (ii) badanie międzykulturowe z udziałem studentów z trzech krajów – jednego silnie kolektywistycznego kraju Wschodu, jednego silnie indywidualistycznego kraju Zachodu oraz jednego umiarkowanego kraju. Tak zaprojektowane badania pozwolą zbadać także rolę czynników z poziomu mikro- (tj. osobowościowych), mezo- (tj. rodzinnych) i makro- (tj. kulturowych) w rozwoju uzależnienia od uczenia się, a także wnioskować w sposób przyczynowo-skutkowy o relacji impostoryzmu z uzależnieniem od uczenia się. Badania dostarczą danych, które będą mogły stanowić modelowe podstawy profilaktyki i interwencji w uzależnieniu od uczenia się. Projekt zainicjuje nowe kierunki badań nad impostoryzmem, uzależnieniem od uczenia się i ich interakcją, stanowiąc głos w aktualnej debacie nad formalnym rozpoznaniem opisanych zjawisk jako jednostki kliniczne.