

## ПОРІВНЯЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РІВНЯ ВПЕВНЕНОСТІ В СОБІ СТУДЕНТІВ ТА СТАРШОКЛАСНИКІВ

### COMPARATIVE CHARACTERISTICS OF STUDENTS AND TEENAGERS SELF-CONFIDENCE LEVEL

У статті здійснено аналіз вивчення індивідуальності людини з погляду теоретичної психології її у зв'язку із запитами освіти, профорієнтації, психологічного консультування тощо. Визначено проблеми структури особистості та психологічних проявів індивідуальності і навіть методів вивчення. Зазначено, що одним із продуктивних підходів до аналізу цілісної індивідуальності є підхід багатовимірно-функціональної концепції. У цьому руслі концепції вивчено психологічні особливості комунікабельності, наполегливості, ініціативності, відповідальності, допитливості, працьовитості та інших характеристик характеру і навіть показано можливості їх психологічної гармонізації і корекції. На даному етапі розвитку багатовимірно-функціонального підходу особливої актуальності і перспективності набувають вікові дослідження властивостей особистості, що дає змогу комплексно виявляти та враховувати індивідуальні відмінності між людьми різного віку.

Резюмовано, що програма психологічно допомоги, яка по'язана зі структурою впевненості собі (мотиваційно-цільовий, когнітивний, емоційно-оцінний та поведінковий компоненти), допомагає реалізувати гармонізацію впевненості собі. Окреслено, що реалізації програми враховано виявлені на етапі дослідження особливості розвитку структурних компонентів впевненості ранньому та підлітковому віці. Зокрема, низький рівень розвитку когнітивного компонента старшокласники та нерозвиненість студентів емоційно-оцінного компонента впевненості собі, що, перш за все, виражається невмотивованою тривожністю. Дослідження когнітивного компонента виявило невисокий рівень його розвитку, що проявляється неправильним розумінням феномена впевненості собі, недостатньою розвиненістю спроможності розрізняти впевнену, невпевнену та агресивну поведінку. Результати діагностування емоційно-оцінкового компонента показали, що впевненість собі юнацьком віці характеризується тенденцією до домінування позитивних емоцій, по'язаних із власною впевненістю собі та високою самооцінкою. Мотиваційно-цільовий компонент виражається переважанням мотивації успіху, готовності приймати на себе відповідальність, прагнення до досягнень, ініціативності, цілеспрямованості. Поведінковий компонент впевненості собі характеризується розвиненою ініціативною соціальною контактною, соціальною сміливістю, екстернальністю та енергійністю.

**Ключові слова:** впевненість у собі, психологічний супровід розвитку та корекція впевненості в собі, тренінг впевненості в собі.

The article analyzes the study of human individuality both from the point of view of theoretical psychology and in connection with requests for education, career guidance, psychological counseling, etc. In this connection, the problems of personality structure and psychological manifestations of individuality, and even methods of study are defined. It is noted that one of the productive approaches to the analysis of integral individuality is the approach of the multidimensional functional concept. In this vein of the concept, the psychological features of sociability, persistence, initiative, responsibility, inquisitiveness, diligence and other characteristics of character were studied, and the possibilities of their psychological harmonization and correction were even shown. At this stage of the development of the multidimensional-functional approach, age-related studies of personality properties are gaining particular relevance and perspective, which allows for comprehensive detection and consideration of individual differences between people of different ages.

It is summarized that the program of psychological assistance related to the structure of self-confidence (motivational-goal, cognitive, emotional-evaluative and behavioral components) helps to realize the harmonization of self-confidence. It is outlined that the implementation of the program takes into account the peculiarities of the development of the structural components of confidence in early and teenage years discovered at the research stage. In particular, the low level of development of the cognitive component in high school students and the underdevelopment of the emotional and evaluative component of self-confidence in students, which, first of all, is expressed in unmotivated anxiety. In particular, the study of the cognitive component revealed a low level of its development, which is manifested in a misunderstanding of the phenomenon of self-confidence, an insufficiently developed ability to distinguish between confident, insecure and aggressive behavior. The results of diagnosing the emotional-evaluative component showed that self-confidence in youth is characterized by a tendency to dominate positive emotions associated with one's own self-confidence and high self-esteem. The motivational-target component is manifested in the predominance of motivation for success, willingness to take responsibility and the desire for achievements, initiative, and purposefulness. The behavioral component of self-confidence is characterized by developed initiative in social contacts, social courage; externality and energy.

**Key words:** self-confidence, psychological support of development and correction of self-confidence, self-confidence training.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.49.9>

**Мельничук С.К.**

к.психол.н.,  
доцент кафедри філософії, політології  
та психології

Центральноукраїнський державний  
університет імені Володимира  
Винниченка

**Постановка проблеми.** Проблема впевненості вже давно посідає помітне місце у науковій психологічній літературі. Це природно, оскільки суспільство неспроможне

існувати без упевнених у собі особистостей. Упевненість є однією з найважливіших базових властивостей особистості. Вона починає формуватися ще в дитинстві, у старшому ж

шкільному віці впевненість набуває великого значення для розкриття здібностей людини та подальшого визначення її місця в житті.

**Метою статті** є порівняння психологічних особливостей впевненості в собі двох вікових груп.

**Теоретичний аналіз проблеми дослідження.** Аналіз вітчизняної та зарубіжної наукової та науково-практичної літератури з проблеми дослідження показав, що велику кількість робіт присвячено питанням аналізу багатогранності поняття впевненості, але досі немає скільки-небудь однозначного визначення даної властивості особистості. Компоненти впевненості вивчаються у роботах, як правило, ізольовано. Перед нами ж стоїть завдання вивчити цілісну структуру впевненості та виявити взаємозумовленість та взаємозв'язок усіх компонентів впевненості.

У тому чи іншому вигляді проблему впевненості, довіри до своїх здібностей і до себе можна виявити практично в будь-якій психологічній теорії, яка так чи інакше стосується психології особистості.

Життя людини сьогодні вимагає дедалі більше сміливості, активності, впевненості у собі та у прийнятті будь-яких рішень. Тому наш психологічний аналіз багатогранності поняття впевненості є дуже актуальним.

Те, що люди різняться за рівнем впевненості у собі, цілком очевидно. Саме поняття «впевненість» існує у більшості мов світу, у деяких навіть зустрічається кілька слів для позначення цієї якості особистості. Однак як психологічне поняття «впевненість у собі» з'явилося в психологічній літературі порівняно недавно у зв'язку із завданнями психологічної корекції та психотерапії.

Експериментальному психологічному вивченню впевненості передувала практика «тренінгу впевненості» у клініках та звичайних лікарнях. У зв'язку із цим деякі дослідники, часто обговорюючи впевненість у зв'язку з тривожністю та агресивністю, не бачать різниці між впевненістю та агресивністю. Інші вважають, що впевненість є чимось середнім між агресивністю, тривожністю і невпевненістю. Існує також думка і про те, що агресивність та невпевненість є двома різними формами прояву відсутності впевненості. При цьому нерезалізована у зовнішній взаємодії енергія переноситься всередину або обертається проти інших у формі агресивності. Однак більшість дослідників вважає агресивність і невпевненість двома різними властивостями особистості, що є більш продуктивним, оскільки аналізує розмежувальні боки між впевненістю, агресивністю та тривожністю [4].

На нашу думку, можна виділити кілька підходів до вивчення впевненості: поведінковий, емоційно-експресивний та особистісний.

Поведінковий підхід до вивчення впевненості виходить із нестачі способів поведінки, які мають забезпечувати реальну поведінку, а також ригідності та вузькості кола поведінкового інструментарію, відсутності даних навичок у реалізації впевненості. Так, до необхідних навичок А. Лазарус відносить уміння відкрито говорити про свої бажання та вимоги; готовність сказати «ні»; відкрито говорити про свої почуття; уміння встановлювати контакти; починати та закінчувати розмову.

До цього напряму можна віднести дослідження У. Хефорта, який вважає, що невпевненість може виявлятися на різних етапах реалізації окремих процесів і поведінки загалом, а саме: під час постановки мети, планування дій та їх виконання, а також оцінки їхніх результатів. Інакше кажучи, невпевнена поведінка часто викликається неясними формулюваннями цілей поведінки, її неповноцінними планами, нереалістичними домаганнями, неадекватною оцінкою результатів дій, невмінням використовувати позитивні наслідки як підкріплення, а також недостатньою корекцією своїх планів на основі минулого досвіду [4].

Особистісний підхід постулює важливу роль установок, самооцінок та оцінок інших людей у становленні впевненості. Так, Р. Зигмунд відзначає істотну роль самооцінок та установок у реалізації впевненої поведінки. На його думку, негативні самооцінки та установки типу «Я із цим не впораюся», «Це вище за мої сили» тощо гальмують упевнену поведінку. Закріплюючись, вони знижують довіру себе і сприяють розвитку невпевненості особистості. Отже, впевнена поведінка багато в чому залежить від позитивної оцінки суб'єктом своїх можливостей, які необхідні задля досягнення значних цілей. Вона складається з позитивного досвіду вирішення практичних завдань, оцінки результатів своїх дій та зовнішньої оцінки з боку значних людей. У дослідженнях цього напряму наголошується і на тому факті, що невпевнені в собі люди намагаються уникати нових форм активності, особистого самопрояву та ініціативності. Будь-яка форма презентації особистих думок, досягнень та потреб є для них край неприємною внаслідок почуття страху чи особистісної системи цінностей та уявлень. Усе це породжує відсутність віри у собі, реальності здійснення власних намірів.

Усі вищезазначені положення переконливо свідчать про багатовимірну будову окремих властивостей особистості та індивідуальності на протигагу однобічному їх трактуванню. Таким чином, ми ще раз доходимо висновку, що необхідний цілісний, системний підхід до розгляду рис особистості, що дає змогу побачити багатогранну структуру особистісних властивостей.

Окремо слід розглянути цілісно-функціональний підхід до вивчення властивостей особистості, зокрема впевненості, і ми можемо зробити це за допомогою моделі, що виходить із найважливіших теоретичних положень, сформульованих у вітчизняній психології.

Багаторічні дослідження властивостей особистості показують, що будь-яка якість особистості є складною функціональною системою. У зв'язку із цим запропоновано цілісно-функціональну концепцію вивчення рис особистості та індивідуальності, яка є логічним продовженням та конкретизацією теорії «найбільш загальних підстав індивідуальності людини» [4].

Перші варіанти концепції містили шести-компонентну модель будови якостей особистості (шестигранник). Автор припускав, що основний зміст положення про цілісно-функціональну організацію окремих актів поведінки, властивостей особистості та індивідуальності людини полягає у тому, що кожне з названих утворень включає операційно-динамічний, мотиваційно-смісловий, когнітивний, емоційний, регуляторно-вольовий і продуктивно-оцінний компоненти [3].

У сучасному розумінні цієї концепції кожна властивість особистості включає уже вісім основних компонентів (восьмигранник): настановно-цільовий, мотиваційний, когнітивний, продуктивний, динамічний, емоційний, регуляторний та рефлексивно-оцінний.

Кожен із компонентів містить по дві змінні (гармонічну та дисгармонічну), які дають змогу охарактеризувати його більш змістовно. Гармонійними змінними виступають: суспільно значущі цілі (в установочно-цільовому компоненті); соціоцентричність (у мотиваційному компоненті); свідомість (у когнітивному компоненті); предметна сфера (у продуктивному компоненті); енергійність (у динамічному компоненті); стеничність (в емоційному компоненті); інтернальність (у регуляторному компоненті) та операційні труднощі (у рефлексивно-оцінчному компоненті). Відповідно, до дисгармонічних змінних належать: особистісно значущі цілі, егоцентричність, поінформованість, суб'єктна сфера, енергійність, астенічність, екстернальність та емоційно-особистісні труднощі.

Вихідним у цій системі є настановно-цільовий компонент. У ньому інтегруються цілі, установки, наміри і загальна програма інструментально-сміслового забезпечення та реалізації відносин у конкретних умовах спілкування та діяльності.

Мотиваційно-смісловий аспект даної системи становлять когнітивні, мотиваційні та продуктивно-сміслові характеристики. Цей аспект здійснює добір та пріоритет тих чи інших смислів предметних відносин та спону-

кань; точність когнітивних значень та їхня роль у поведінці суб'єкта (осмисленість/обізнаність); вибір домінуючих спонукань, орієнтованих на інших людей (соціоцентричність) чи себе (еґоцентричність); визначення пріоритетної зони докладання властивостей особистості відповідно до поставленої мети та запропонованого результату в предметно-діяльній або суб'єктивно-особистісній сферах.

Інструментально-динамічна підсистема забезпечує процесуальний бік реалізації особистісних якостей. Динамічні складники визначають систему прийомів та їх здійснення, тобто міру інтенсивності та сталості (енергійність); стеничність чи астенічне забарвлення емоційних переживань, домінування зовнішнього чи внутрішнього локусу властивостей особистості.

І, нарешті, рефлексивно-оцінний компонент виконує функцію звірення вихідних намірів і реального результату в ході виконання всієї інструментально-сміслової програми. Потім по зворотних зв'язках відбувається корекція настановно-цільового компонента та вихідних складників програми.

Таким чином, кожна властивість у своїй внутрішній структурі містить єдність інструментально-динамічних та мотиваційно-сміслових складників, «які забезпечують базову основу функціонування кожної риси характеру як цілісної інструментально-сміслової системи», тобто готовність та прагнення суб'єкта до реалізації того чи іншого відношення певним способом.

Що ж до характеристики установочно-цільового компонента властивостей особистості, то вона здійснюється з урахуванням домінування суспільно значимих та особистісно значущих намірів і цілей. До першого відносяться наміри, конкретні цілі та установки, пов'язані зі спрямованістю рис особистості на досягнення суспільного визнання у групі. До другого – установки, наміри та інтереси особистісного характеру.

Змінна «осмисленість» когнітивного компонента розкривається на підставі правил.

Для розкриття кількісних та якісних особливостей інструментально-динамічних змінних упевненості у старших школярів та студентів також було проведено ієрархічний аналіз. Достовірність відмінності у середніх значеннях упевненості у старших школярів та студентів оцінювалася за допомогою критерію.

Тут упевненість старших школярів характеризується більшою вираженістю дисгармонічного боку емоційного компонента (астенічність) та високими операційними труднощами.

Що ж до впевненості студентів, то зазначені вище змінні виражені незначно, але різниця між групами піддослідних статистично значуща.

Своєю чергою, як у старших школярів, так і у студентів із динамічного та регуляторного компонентів переважання у гармонійному боці впевненості (енергійність, інтернальність), але достовірність відмінностей між двома групами не є значущою.

Загальне у двох груп піддослідних спостерігається в таких ознаках: піддослідні беруться до справи, знаючи, що завжди повністю володіють їм у деталях; у стеничних ознаках, тобто обидві групи відчувають і переживають задоволення у разі вільного та незалежного вираження почуттів; у міжнародних ознаках – схильні вважати, що необхідно просто самостійно діяти, а не дотримуватися загальноприйнятих думок; в операційних труднощах – недостатньо володіють навичками впевненої поведінки.

Відмінності регуляторно-динамічних складників найяскравіше виявляються в емоційному компоненті: старші школярі частіше відчувають і переживають почуття задоволення під час виграшу в суперечці (стеничні ознаки); відчувають занепокоєння стосовно того, що сталося протягом дня, відчувають і переживають почуття настороженості за необхідності вибору, відчувають тривогу, що можуть не впоратися з дорученою справою (астеничні ознаки). Також відмінності є й у регуляторному компоненті, зокрема в екстернальності: студенти більше, ніж школярі, схильні вважати, що в невдачах часто винні інші люди, але ніяк не вони.

Таким чином, у проявах впевненості у старших школярів та студентів можна зафіксувати як загальне, так і різне у регуляторно-динамічних змінних впевненості. Вони виступають як у кількісних показниках, так і у якісних характеристиках. При цьому найбільші відмінності виступають в агармонійній змінній емоційній компонента впевненості (астеничність).

Упевненість старших школярів характеризується високою вираженістю суспільно значимих цілей, спрямованих на здобуття надійних і вірних друзів, отримання знань та іншого досвіду; вони прагнуть бути шанованими людьми, а також намагаються досягти успіхів у навчальній діяльності. Що стосується особистісних цілей школярів, то вони спрямовані на підтримку свого здоров'я, на досягнення матеріального благополуччя, на набуття самостійності та незалежності, на задоволення своїх бажань та планів; намагаються бути потрібними людьми для оточуючих.

Упевнена поведінка школярів спонукається, перш за все, прагненням більше зробити і дізнатися, бажанням утвердитися у групі та наміром краще освоїти будь-яку справу (соціоцентричність), а також прагненням створити затишок та особистий добробут, бажанням проявити себе та свої здібності, наміром

самовизначитися та реалізувати себе, прагненням поліпшити свої побутові умови (егоцентричність). Старші школярі під впевненістю розуміють властивість, що залежить від темпераменту людини; рису особистості, отриману від батьків; вроджену властивість особистості (обізнаність).

Переважає більшість (порівняно зі студентами) астеничної змінної емоційного компонента показує, що школярі в діяльності відчувають і переживають почуття настороженості за необхідності вибору, занепокоєння, тривоги про те, що можуть не впоратися з дорученою справою.

У зв'язку із цим вони часто перевіряють себе в усьому і побоюються негативного результату під час виконання різних справ, недостатньо володіють навичками впевненої поведінки і, таким чином, важко справляються з почуттям невпевненості (операційні труднощі).

Що ж до впевненості студентів, то змінні виражені на нижчому рівні порівняно зі школярами. А такі змінні, як свідомість (когнітивний компонент), динамічний компонент (енергійність та енергійність), екстернальність (регуляторний компонент) та емоційно-особистісні труднощі (рефлексивно-оцінний компонент), виражені більшою мірою порівняно зі школярами, але ці відмінності не досягають рівня статистичної значимості.

Водночас у студентів меншою мірою виражаються операційні труднощі, що означає, що дана група учнів менш часто перевіряє себе ще раз у всьому, рідко вважає себе невдачами, здійснюючи яку-небудь діяльність, і нечасто заздалегідь побоюються негативних результатів.

На відміну від старших школярів у студентів менше проявляється астеничність, отже, вони менше відчувають і переживають занепокоєння, що сталося протягом дня; за необхідності вибору рідше відчувають почуття настороженості; коли їм доручається якась справа, вони практично не відчувають тривоги стосовно того, що не впораються із цією справою.

Що ж до обізнаності студентів, то вони практично не погоджуються з тим, що впевненість – риса, яка передається від батьків, і що впевненість – властивість, яка залежить від темпераменту людини.

Той факт, що і поінформованість, і астеничність, і операційні труднощі меншою мірою виражені у студентів, аніж у старших школярів, на нашу думку, пов'язаний із тим, що дана вікова група учнів є особистостями, що вже оформилися, зі своїми пріоритетами, з певним стилем діяльності та ін. Ми вважаємо, що це є позитивним чинником формування впевненості студентів.

Таким чином, виходить, що за всіма показниками мотиваційно-сміслових складників

упевненості середні значення сильніше виражені у старших школярів, аніж у студентів, а показники регуляторно-динамічних складників приблизно рівні за кількісним співвідношенням між школярами та студентами.

Даючи узагальнений порівняльний аналіз середніх показників мотиваційно-сміслових та регуляторно-динамічних змінних упевненості старших школярів та студентів, слід зазначити, що найбільша виразність спостерігається у комплексі мотиваційно-сміслових змінних упевненості у старших школярів. Виходить, що школярі старших класів свою впевненість націлюють, насамперед, на успіх у навчальній діяльності. Вони ще не стикалися з труднощами за межами школи, не виходили за межі шкільного життя. Ця вікова група ще перебуває під опікою батьків, під їхнім постійним контролем, а студенти – це вже самостійні люди, які, вступивши до вишу, вибрали свій шлях. До того ж студенти, вийшовши в доросле життя, зіткнулися з безліччю проблем, які їм доводиться вирішувати самостійно, і при цьому деякі з них уже починають сумніватися у вибраному шляху.

Викладені результати, з одного боку, підтверджують основну ідею цілісно-функціонального підходу до якісного вивчення впевненості, з іншого – дають змогу для розроблення психологічних програм її детальної корекції.

Вище було сказано, що жодна з мотиваційно-сміслових змінних не пов'язана з обізнаністю студентів, але сама змінна обізнаності студентів на відміну від старших школярів корелює з продуктивним компонентом (негативні значення). Іншими словами, поінформованість про впевнену поведінку людини практично не сприяє успішному навчанню студентів (предметна сфера) і не впливає на подолання труднощів, що виникають (суб'єктна сфера).

Продуктивний компонент упевненості школярів та студентів корелює всередині компонента. Це показує, що впевнена поведінка учнів сприяє як просуванню кар'єрою, а у зв'язку із цим і досягненню суспільного визнання, так і розвитку самостійності та ініціативності.

Підсумовуючи характеристики співвідношень мотиваційно-сміслових змінних, слід зазначити, що порівняльний аналіз кореляцій усередині мотиваційно-смісловій підсистемі впевненості старших школярів та студентів показує, що тут виділяється більше

загального, ніж у регуляторно-динамічній підсистемі.

У мотиваційно-смісловій підсистемі впевненості старших школярів і студентів було виявлено 12 значущих і 2 незначущі кореляції з 24 можливих (60% збігів). Із неспівпадаючих кореляцій можна відзначити виявлені у старших школярів позитивні зв'язки обізнаності та свідомості, соціоцентричності та обізнаності, егоцентричності та свідомості.

Змістовно ці кореляції означають недиференційованість змінних когнітивного компонента впевненості у школярів – позитивний зв'язок суттєвих та несуттєвих уявлень про цю якість особистості. При цьому враженість свідомості (суттєвих уявлень) позитивно пов'язана з егоцентричністю (особистісно-спрямованою, «суб'єктною» мотивацією), а поінформованості (поверхневих уявлень) – із соціоцентричністю (із соціальною, «зовнішньою» мотивацією).

Взаємозв'язок мотиваційно-сміслових змінних упевненості старших школярів та студентів виражений досить сильно. Це свідчить про високу інтеграцію всіх складників змінних упевненості з боку його змістовних характеристик.

**Висновки та перспективи.** Проведений аналіз поняття «впевненість у собі» в контексті вітчизняної та зарубіжної психологічної науки показав, що зазначений феномен є складним утворенням і пов'язаний зі специфічним ставленням людини до свого внутрішнього світу, інших людей і ситуацій. Упевненість у собі, з одного боку, об'єднує інтелектуальні, емоційні та вольові процеси, а з іншого – є характеристикою зрілої особистості.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Бех І. Виховання особистості. *Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади* : у 2-х т. Київ : Либідь, 2003. Т. 1. 280 с.
2. Канівець Т.М. Оцінка студентами доцільних форм роботи вищих навчальних закладів для формування психологічної готовності до здійснення майбутньої професійної кар'єри. *Науковий вісник Чернівецького університету. Педагогіка та психологія*. 2011. № 574. С. 79–85.
3. Булах І. Психологія особистісного зростання підлітка : монографія. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2003. 340 с.
4. Lazarus R.S., & Folkman S. Stress, appraisal, and coping. Springer publishing company, 1984.