

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ДОВІРИ ДО СЕБЕ В МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ НА ЕТАПІ ПРОФЕСІЙНОГО НАВЧАННЯ В ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ

FEATURES OF SELF-CONFIDENCE IN FUTURE PSYCHOLOGISTS AT THE STAGE OF PROFESSIONAL TRAINING IN A HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION

У статті представлено результати дослідження особливостей довіри до себе у майбутніх психологів під час навчання у закладі вищої освіти. Розкрито поняття «довіра», «довіра до себе», охарактеризовано роль довіри до себе у професійному зростанні майбутніх психологів. Встановлено, що високий рівень довіри до себе впливає на позитивне функціонування особистості, на її здатність самоорганізовуватися, самореалізовуватися, займати ціннісну позицію щодо себе, будувати стратегію досягання мети, бути впевненою у своєму професійному виборі, своїх діях, співвідносити потреби з можливостями їх реалізації. Наголошується на важливості розвитку довіри до себе у майбутніх психологів. Визначено, що індивідуально-психологічними чинниками довіри до себе є чинники, що регламентують міру розуміння й прийняття власного «Я» й психологічні ресурси, що підсилюють довіру до себе, зокрема локус контролю та задоволеність якістю життя. Довіру до себе розуміємо як багатоконпонентне особистісне утворення, що не тільки відображає міру зрілості та цінності «Я», але й є основою позитивного функціонування особистості. Представлено результати емпіричного дослідження. Виявлено, що більшість майбутніх психологів 1–3 курсів має певні сумніви щодо оцінки особистісних досягнень, здібностей, успішності власної життєдіяльності, екстернальний локус контролю (окрім галузі досягнень) та значну незадоволеність у сфері особистісних досягнень та прагнень, спілкування з друзями, внутрішньої та зовнішньої (соціальної) підтримки. У майбутніх психологів статистично значущі взаємозалежності виявлені між довірою до себе та показниками рівня задоволеності якістю життя. З цього можна зробити висновок, що чим вищим є рівень задоволеності студентів якістю життя, тим вищим є рівень довіри до себе. У студентів третього курсу довіра до себе підвищується у разі задоволеності у сферах «ка'єра», «особисті досягнення».

Ключові слова: довіра, довіра до себе, студенти, майбутні психологи, професійне навчання.

The article presents the results of a study of the peculiarities of self-confidence among future psychologists during their studies at a higher educational institution. The concept of "trust", "self-confidence" is revealed, the role of self-confidence in the professional growth of future psychologists is characterized. It was established that a high level of self-confidence affects the positive functioning of an individual, his ability to self-organize, self-realize, take a valuable position in relation to himself, build a strategy for achieving goals, be confident in his professional choice, his actions, correlate needs with their capability's implementation. The importance of developing self-confidence in future psychologists is emphasized. It was determined that the individual psychological factors of self-confidence are factors that regulate the degree of understanding and acceptance of one's own "I" and psychological resources that strengthen self-confidence, in particular, the locus of control and satisfaction with the quality of life. We understand self-confidence as a multi-component personal formation that reflects not only the degree of maturity and value of the "I", but also is the basis of the positive functioning of the individual. The results of an empirical study are presented. It was found that the majority of future psychologists (1-3 years) have certain doubts regarding the assessment of personal capabilities, abilities, success in their own life activities, external locus of control (except for the field of achievements) and significant dissatisfaction in the field of personal achievements and aspirations, communication with friends, internal and external (social) support. Among future psychologists, statistically significant interdependencies were found between self-confidence and indicators of the level of satisfaction with the quality of life. From this we can conclude that the higher the level of students' satisfaction with the quality of life, the higher the level of self-confidence. For 3rd-year students, self-confidence increases in the case of satisfaction in the field of "career", "personal achievements".

Key words: trust, self-confidence, student's, future psychologists, professional training.

УДК 159.923.2
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.55.17>

Коломієць Л.І.

к.пед.н.,
доцент кафедри психології
та соціальної роботи
Вінницький державний педагогічний
університет імені Михайла
Коцюбинського

Шульга Г.Б.

к.пед.н.,
доцент кафедри психології
та соціальної роботи
Вінницький державний педагогічний
університет імені Михайла
Коцюбинського

Постановка проблеми. Соціальні, економічні потрясіння, які переживає наша країна, є причиною появи ситуацій, що вимагають від особистості значних зусиль для їх переживання та долання. Психологи зауважують, що це можливо, якщо особистість володіє певними психологічними якостями, які підвищують її віру у власні сили, підкріплюють упевненість у спроможності досягати поставлених життєвих цілей, допомагають адекватно оцінювати об'єктивну дійсність, формують готовність покладатися тільки на себе тощо. Фахівці

вказують, що до таких особистісних якостей доречно віднести довіру до себе.

Значний інтерес викликає вивчення довіри до себе у студентів соціономічних професій, оскільки високий рівень довіри до себе на етапі професійного навчання – це запорука їхньої успішності, психологічного благополуччя, позитивної спрямованості, цілісності та стійкості, професійної самореалізації, внутрішньої гармонії, оптимістичної налаштованості щодо власного професійного майбутнього.

Незважаючи на значну кількість досліджень, недостатньо розробленими є питання, які розкривають специфіку розвитку та прояву довіри до себе в період професійного навчання майбутніх психологів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У психологічній науці інтерес до вивчення проблем довіри, довіри до себе, міжособистісної довіри стрімко зростає. У вітчизняній психології довіра до себе категоризується як суб'єктивний феномен особистості (Д. Анпілова, Н. Василець, Л. Коломієць, Т. Кожедуб, Н. Кравець, Г. Чайка, С. Шевченко та ін.). Низка досліджень вказує на важливість розвитку довіри до себе власне у юнацькому віці, оскільки у цьому віці відбувається загострення проявів феномену довіри (Н. Єрмаков, Л. Коломієць, В. Кравченко, Ю. Лебедь, О. Шевченко, Г. Шульга та ін.).

Довіра до себе розглядається як особистісна детермінанта професійного зростання студентів юнацького віку (Н. Єрмакова, С. Шевченко та ін.). Для успішної професійної реалізації майбутній психолог повинен мати високий рівень довіри до себе, оскільки це є однією з умов збереження цілісності та гармонійності особистості, спрямованості на професійне самовдосконалення та оптимістичне налаштування щодо власного професійного майбутнього. Оскільки вагомою складовою частиною професійної діяльності психолога є комунікативний компонент, то очевидно, що у нього має бути розвинута довіра до інших, яка регламентує міжособистісні стосунки з клієнтами, допомагає зрозуміти мотивацію їх вчинків, що підвищує ефективність професійної діяльності. Водночас розвиток довіри до інших неможливий без розвитку довіри до себе (О. Клименко, Л. Рось, Г. Чайка, О. Шевченко, О. Юрченко та ін.). Довіра до себе визначає готовність до реалізації майбутніх професійних обов'язків, почуття відповідальності за їх виконання з максимальним результативним ефектом (Т. Вакуліч, О. Лозова, В. Міляєва та ін.). Отже, довіра до себе є умовою особистісного та професійного розвитку майбутнього психолога.

Постановка завдання. Метою статті є визначення психологічних особливостей прояву довіри до себе у майбутніх психологів на етапі професійного навчання у закладі вищої освіти.

Виклад основного матеріалу дослідження. У різних емпіричних дослідженнях довіра сприймається як очікування, установка, ставлення, стан, почуття, процес соціального обміну та передачі інформації та інших значущих благ, особистісна та групова властивість тощо. У когнітивному спрямуванні дослідження довіри є усвідомленням особистістю власної вразливості або ризику, що виникають внаслідок невизначеності мотивів, намірів та

очікуваних дій людей, від яких вона залежить [6]. На думку Е. Еріксона, довіра особистості розглядається як базова соціальна установка суб'єкта. Довіра та недовіра є фундаментальними установками, які визначають подальший розвиток усіх інших видів ставлень особистості до світу, себе та інших.

Довіра до себе є важливим чинником позитивного функціонування особистості. Питання позитивного функціонування особистості мають міждисциплінарний характер, тому в умовах сучасного соціуму вони, безумовно, є актуальними й соціально значущими. Вперше цей феномен був описаний представниками гуманістичного напрямку А. Маслоу, К. Роджерсом, які вважали, що психічно здорова особистість володіє здібністю до саморозкриття, умінням довіряти хоча б одній близькій людині. Особистість має довіряти собі, тобто бути впевненою у тому чи іншому своєму виборі, власних діях та можливостях. Людині необхідно знати та розуміти, що вона виробила правильний погляд на ту чи іншу проблему, що виникає, йде правильним шляхом. Д. Анпілова до параметрів довіри відносить «усвідомлення людиною своїх потреб, бажань, інтересів, власних можливостей; співвідношення потреб з можливостями зі змістом власних ціннісно-сміслових утворень» [4]. Отже, особистість має довіряти собі, тобто бути впевненою у тому чи іншому своєму виборі, своїх діях, можливостях та цілях.

Зважаючи на погляди С. Шевченко, що «довіра до себе – це певний гіпотетичний конструкт, який дозволяє людині зайняти певну ціннісну позицію щодо себе, світу і, виходячи з цієї позиції, будувати власну життєву стратегію» [3, с. 49], ми будемо притримуватися думки автора щодо важливості означеного феномену, оскільки він є передумовою повноцінного володіння собою, умовою самоорганізації та самореалізації особистості у сфері відносин та спілкування, у професійній діяльності.

У контексті нашого дослідження є вагомими погляди В. Кравченко та Г. Чайки щодо визначення довіри до себе. В. Кравченко наголошує, що довіра до себе пов'язана з активністю особистості. На думку автора, «сформована довіра до себе дає змогу людині ставити цілі та діяти відповідно до них (зберігаючи адекватну критичну позицію по відношенню до себе), передбачати результати дій до їх виконання, будувати стратегію досягнення мети (відповідно до внутрішньоособистісних смислів), вміти співвідносити потреби з можливостями їх реалізації у певній ситуації та з інтеріоризованими особистістю соціокультурними орієнтирами (сенсами)» [1]. Г. Чайка наголошує: «Задоволеність життям може служити індикатором того, наскільки людина занурена в депресію або тривогу, і демонструвати те,

наскільки одна людина щасливіша від іншої» [2]. Щасливіша людина успішніша, а отже, вона має більшу довіру до себе.

Значний інтерес у науковій спільноті викликає питання щодо визначення індивідуально-психологічних чинників довіри до себе, зокрема в юнацькому віці. Л. Коломієць, Г. Шульга, Ю. Лебедь виокремлюють «чинники, що регламентують міру розуміння й прийняття власного «Я» (самоствалення, рефлексія, екзистенційна здійсненність, особистісна ідентичність), і психологічні ресурси, що підсилюють довіру до себе (життєстійкість, життєздатність, психологічне благополуччя, суб'єктивний локус контролю, впевненість у собі, самоефективність)» [5, с. 419].

Довіру до себе розуміємо як багатоконпонентне особистісне утворення, що не тільки відображає міру зрілості та цінності «Я», але й є основою позитивного функціонування особистості.

В емпіричному дослідженні були задіяні студенти 1–3 курсів СВО бакалавра спеціальності 053 «Психологія» Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського у кількості 88 осіб (1 курс – 36 осіб, 2 курс – 27 осіб, 3 курс – 25 осіб). Для вивчення рівня довіри до себе була взята методика «Довіра до себе» Н. Астаніної. Для конкретизації особистісної довіри були обрані методики «Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера та методика «Рівень задоволеності життям» Н. Водоп'янової.

Зупинимося на одержаних емпіричних показниках та проаналізуємо рівень довіри до себе у студентів (рис. 1).

Узагальнені результати свідчать про те, що у студентів усіх курсів переважає середній рівень довіри до себе. Найбільше студентів із середнім рівнем довіри на третьому курсі (85,8%), а найменше на другому курсі (63 %).

Це свідчить про те, що для більшості представників трьох курсів майбутніх психологів притаманні сумніви щодо оцінки власних можливостей, здібностей, успішності власної життєдіяльності, у них є певна недовіра власній інтуїції, прослідковується тенденція надання переваги думці оточення (батьків, друзів, одногрупників).

Найбільше довіряють собі студенти другого курсу (37%), а найменше третього курсу (7,1%). Очевидно, що такі молоді люди вірять власним почуттям, думкам, переконанням, вони самоорганізовані, самореалізовані як у стосунках, спілкуванні з іншими людьми, так і у навчанні. Вони мають бажання пізнавати себе, схильні виправляти власні недоліки, зміцнювати свою духовну цілісність. Зазвичай такі особистості цілісні. Вони знають, що повинні робити, і можуть це робити, не зважають на думку інших, прагнуть бути самими собою, а не робити те, що від них очікує оточення. Не прагнуть виглядати краще, ніж вони є насправді.

Викликає занепокоєння той факт, що як на першому, так і на третьому курсі є студенти, які мають низькі показники довіри до себе. Такі результати можуть свідчити про те, що молоді люди зневірені у собі, відчувають страх, не здатні його долати, не впевнені у собі, не мають внутрішнього стрижня.

З метою конкретизації одержаних результатів було проведено методику «Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера. На рисунку 2 представлений порівняльний аналіз середніх значень за шкалами суб'єктивного контролю.

Згідно з одержаними результатами за всіма шкалами переважають показники екстернальності, окрім шкали інтернальності в галузі досягнень у першого та третього курсів. Це вказує на те, що більшість майбутніх психологів схильна покладатися на зовнішні обставини,

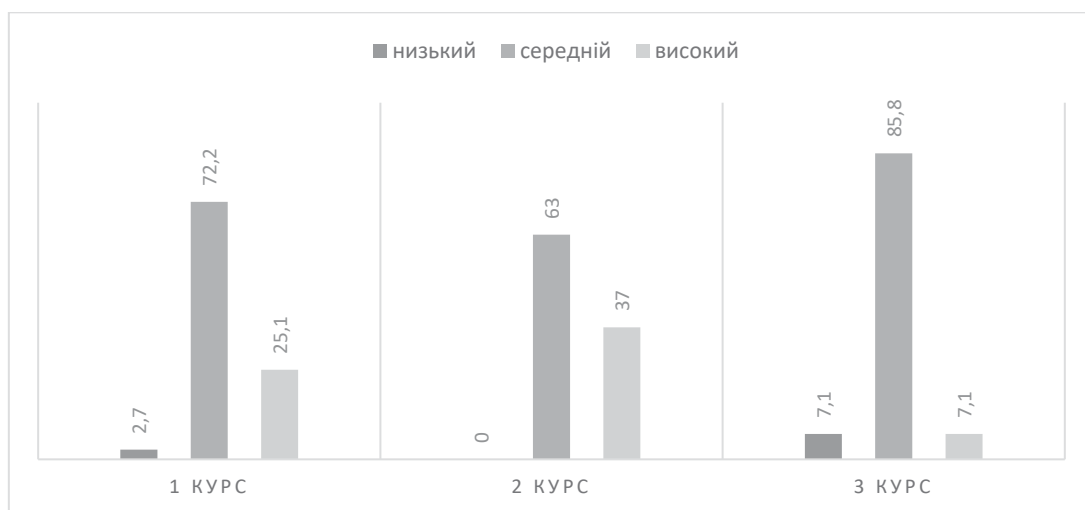


Рис. 1. Відсоткове порівняння між студентами 1, 2, і 3 курсу за рівнями довіри до себе

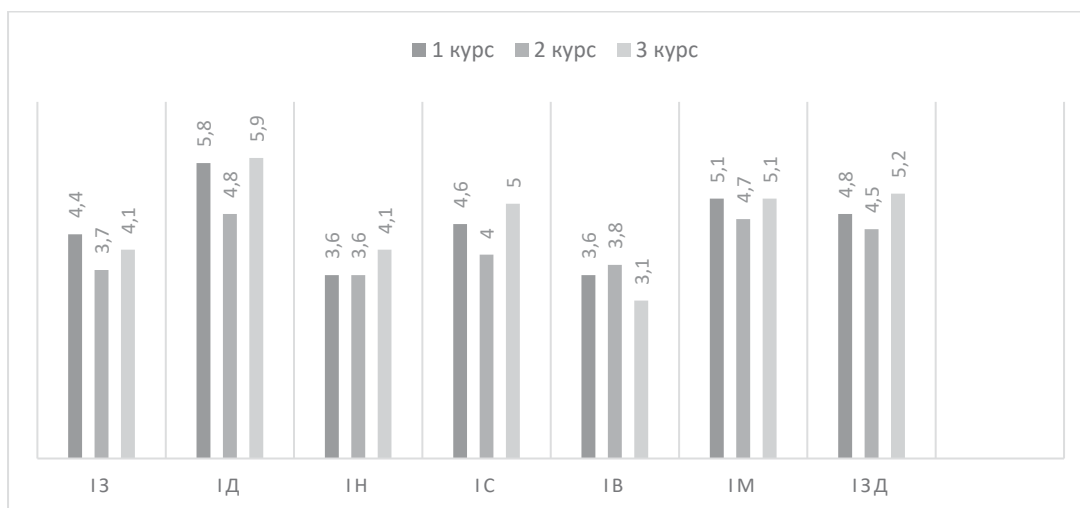


Рис. 2. Порівняння середніх значень майбутніх психологів за шкалами суб'єктивного контролю

тобто везіння, вдачу, випадок. Вони розраховують на допомогу інших людей. У студентів другого курсу домінують показники екстернальності за всіма шкалами, що свідчить про труднощі у визначенні причинно-наслідкових зв'язків між власними діями та значущими подіями у власному житті у галузях досягнень, невдач, сімейних стосунків, виробничих стосунків (навчання), міжособистісних стосунків, здоров'я та хвороб.

З метою визначення змістових характеристик довіри до себе було використано методику «Оцінка рівня задоволеності якістю життя» Н. Водоп'янової (табл. 1).

Одержані емпіричні дані засвідчують те, що майбутні психологи першого та другого курсів не задоволені своїми досягненнями, якістю спілкування з близькими людьми, внутрішньою та зовнішньою (соціальною) під-

тримкою, схильні до переживання самотності. Водночас студенти задоволені власною здатністю здійснювати самоконтроль, легко приймати рішення, готовністю брати на себе зобов'язання та виконувати їх. У студентів третього курсу найбільша незадоволеність прослідковується у здатності до самоконтролю та самовладання. Результати вказують на тенденції таких досліджуваних робити тільки те, що у них добре виходить та не потребує напруження, а також на налаштованість на щоденне переживання страху та тривоги.

Отже, найбільш незадоволеними сферами життя для студентів усіх курсів є особистісні досягнення і прагнення, спілкування з друзями, підтримка, напруженість; для першого і третього курсів – здоров'я; третього курсу – самоконтроль, негативні емоції.

Таблиця 1

Відсоткове співвідношення за шкалами задоволеності життям у досліджуваній вибірці

№	Шкали	1 курс, %			2 курс, %			3 курс, %		
		низький	середній	високий	низький	середній	високий	низький	середній	високий
1	Кар'єра	16,7	61	22,3	44,4	33,3	22,3	28,6	64,1	7,3
1	Особисті досягнення	50	36	14	55,5	29,6	14,9	50	28,6	21,4
2	Здоров'я	61	30,5	8,5	44,4	40,7	14,9	64,3	21,4	14,3
3	Спілкування з близькими	52,8	33,3	13,9	55,5	26	18,5	57	35,7	7,3
4	Підтримка	64	33,3	2,7	55,5	33,3	11,2	57	35,7	7,3
5	Оптимізм	11	55,5	33,5	26	37	37	21,4	50	28,6
6	Напруженість	52,8	33,3	13,9	55,5	18,5	26	64,3	35,7	0
7	Самоконтроль	5,6	27,8	66,6	48	40,7	11,3	50	29,4	20,6
8	Негативні емоції	47,2	25	27,8	48	22,2	29,8	50	42,7	7,3
9	Загальний рівень задоволеності життям	27,8	66,7	5,5	40,7	44,4	14,9	28,6	64,3	7,1

Таблиця 2

Кореляція між довірою до себе та шкалами рівня задоволеності якістю життя студентів

	індекс задоволеності життям	кар'єра	особистісні досягнення	здоров'я	спілкування з близькими	підтримка	оптимістичність	Напруга	самоконтроль	негативні емоції
Довіра до себе (1 курс)	,520**	,409*	,361*	,399*	,430**	,487**	,356*	,461**	,476**	,371*
Довіра до себе (2 курс)	,253	,361	,237	,197	,145	,329	,184	,290	-,082	,303
Довіра до себе (3 курс)	,252	,802**	,628*	,388	,258	,347	-,274	,562*	-,096	-,113

На другому етапі дослідження проводився кореляційний аналіз показника довіри до себе та рівня суб'єктивного контролю і рівня задоволеності життям у трьох групах вибірки, результати якого представлені в табл. 2. Значущих кореляційних зв'язків між рівнем довіри до себе та шкалами методики «Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера не було виявлено. За результатами дослідження спостерігаються кореляційні зв'язки за окремими шкалами на рівні тенденції. Тобто рівень довіри до себе у майбутніх психологів певною мірою пов'язаний з особливостями локалізації контролю над значущими для особистості подіями. Натомість були визначені позитивні кореляційні зв'язки між рівнем довіри до себе та шкалами задоволеності якістю життя, що діагностуються методикою Н. Водоп'янової.

Як видно з таблиці, у досліджуваних студентів першого курсу зафіксована пряма кореляція між довірою до себе і всіма шкалами рівня задоволеності життям. Одержані кореляційні плеяди, на нашу думку, свідчать про те, що чим вищим буде рівень задоволеності життям, тим більше особистість буде довіряти собі. У студентів третього курсу показник «довіра до себе» має позитивні кореляційні зв'язки з показниками «кар'єра» ($r_{xy} = 0,802$; $p \leq 0,01$), «особистісні досягнення» ($r_{xy} = 0,628$; $p \leq 0,05$), «напруга» ($r_{xy} = 0,562$; $p \leq 0,05$).

Проведений кореляційний аналіз дозволив нам виявити особливості прояву довіри до себе у майбутніх психологів.

Висновки з проведеного дослідження. Довіра до себе є важливим чинником позитивного функціонування особистості. Високий рівень довіри до себе на етапі первинної професіоналізації дозволяє молодій людині бути впевненою у своєму виборі, власних діях, співвідносити потреби з можливостями їх реалізації. Констатовано, що індивідуально-психологічними чинниками довіри до себе є чинники, що регламентують міру розуміння

й прийняття власного «Я», а також психологічні ресурси, що підсилюють довіру до себе, зокрема локус контролю та задоволеність якістю життя. Емпіричним шляхом встановлено, що більшість майбутніх психологів має сумніви щодо оцінки особистісних можливостей, здібностей, успішності власної життєдіяльності, екстернальний локус контролю (окрім галузі досягнень) та незадоволеність у сфері особистісних досягнень та прагнень, спілкування з друзями, внутрішньою та зовнішньою підтримкою. У майбутніх психологів статистично значущі взаємозалежності ($p \leq 0,01$, $p \leq 0,05$) виявлені між довірою до себе та показниками рівня задоволеності якістю життя. З цього можна зробити висновок про те, що чим вищим є рівень задоволеності студентів якістю життя, тим вищий є рівень довіри до себе вони переживають. Для студентів третього курсу довіра до себе підвищується у разі задоволеності у сферах «кар'єра», «особисті досягнення».

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у визначенні шляхів практичної допомоги студентам, спрямованої на підвищення рівня довіри до себе під час навчання в закладі вищої освіти.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Кравченко В.Ю. Довіра в структурі життєстійкості особистості. *Development of modern science: the experience of European countries and prospects for Ukraine* : Monograph. Riga, Latvia, 2019. P. 240–272.
2. Чайка Г. Вплив базової довіри на психологічне здоров'я людини. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Серія «Психологія»*. 2023. № 1 (57). С. 46–51.
3. Шевченко С.В. Психологічні особливості розвитку довіри до себе у майбутніх психологів : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2018. 260 с.
4. Anpilova D.V. The psychological meaning of trust for the self-actualization in early adulthood. *Problems of Modern Psychology* : Collection of research

papers of Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, G.S. Kostiuk Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine / scientific editing by S.D. Maksymenko L.A. Onufriieva. Issue 33. Kamianets-Podilskyi : Aksioma, 2016. P. 34–46.

5. Kolomiets L.I., Shulga G.B., Lebed I.B. Psychological features and individual psychological factors of self-confidence: Innovative projects and

programs in psychology, pedagogy and education : Scientific monograph. Riga, Latvia : Baltija Publishing, 2023. 592 p. URL: <http://baltijapublishing.lv/omp/index.php/bp/catalog/book/295>.

6. Lewicki R.J., Bunker B.B. Developing and maintaining trust in work relationships. Trust in organizations: Frontiers of theory and research Thousand Oaks, CA : Sage, 1996. P. 114–139.