

УДК 159.9:165.411

Л. М. Ширяєва,
*кандидат психологічних наук, професор,
професор кафедри загальної і соціальної психології;
НПУ імені М. П. Драгоманова*
Е. О. Македонська,
*аспірантка кафедри психології
НПУ імені М. П. Драгоманова*

СУТНІСТЬ ТА ЗМІСТ ПОНЯТТЯ "ВПЕВНЕНОСТІ" У НАУКОВІЙ ПСИХОЛОГІЧНІЙ ЛІТЕРАТУРІ

Анотація. В статті висвітлена психологічна сутність поняття «впевненості», проведено теоретичний аналіз структурних компонентів впевненості: особистісного, когнітивного, емоційного та поведінкового.

Ключові слова: *впевненість, структура впевненості, волюва якість, успішність.*

Abstract. *The article highlights the psychological essence of the concept "confidence", a theoretical analysis of the structural confidence components of personal, cognitive, emotional and behavioral aspects has been investigated.*

Keywords: *confidence, structure of confidence, strong-willed quality, success.*

У сучасному світі все гостріше виникає потреба в особистості, що здатна сміливо розв'язувати складні соціальні та економічні проблеми, приймати самостійні рішення, бути впевненою у своїх силах, можливостях, здібностях. Саме це вимагає від людини наявності таких якостей як стійкість, цілеспрямованість, воля, активність, прогресивність, успішність, мобільність, впевненість у собі тощо. У зв'язку з цим, дослідження феномену впевненості є своєчасним та актуальним.

У зарубіжній та вітчизняній психологічній науці можна виділити два основні напрямки в дослідженні впевненості: 1) впевненість в собі як риса особистості, що досліджується за допомогою опитувальників; 2) впевненість у правильності власних суджень, яка вивчається на матеріалі виконання когнітивних завдань різного рівня складності. Таким чином дослідники акцентують увагу на ситуативній та особистісній впевненості, що спирається на увесь досвід суб'єкта.

Акцентуючи увагу на тлумаченні поняття «впевненість» та «впевненість в собі» слід звернутися до психологічних словників. Впевненість трактується дуже широко. Так в словнику А.Ребера впевненість розглядається «як довіра, переконаність в тому, що комусь можна довіряти» [3, с.385].

В психолого-педагогічному словнику В. Межерікова впевненість розглядається як «почуття відсутності сумнівів, засноване на досвіді і на знаннях». Звертається увага на поняття «впевненості в собі», яке визначається як «позитивна властивість особистості, що формується в процесі професійного навчання і виховання» [1, с.445].

В словнику В.Зінченко, Б.Мещерякова ми знаходимо, що «впевненість в собі - це переживання людиною своїх можливостей як адекватних тим задачам, які перед людиною стоять у житті, так і тим, котрі він ставить перед самим собою» [2, с.388].

Одним з перших, зацікавився проблемою впевненості Андре Сальтер, головний лікар та власник клініки неврозів в Америці. А.Сальтер наголошував, що більша частина звичайних пацієнтів, особливо з серцево-судинною патологією мають проблему невпевненості у собі та своєму майбутньому [8].

А.Сальтер, спираючись на теорію І.П Павлова (систему збудження-гальмування), припустив, що причиною невпевненості у собі може бути переважання процесів гальмування над процесами збудження. Ці процеси приводять до формування у особистості неспроможності до відкритого та спонтанного вираження своїх почуттів, бажань, потреб, проблеми у самореалізації та труднощі у взаємодії з іншими людьми. В свою чергу впевнену особистість А.Сальтер назвав ексітаторною (від. лат.excitate-збудження). На його думку впевнена особистість відкрито висловлює свої почуття, є спонтанною та здатна до імпровізації [8].

В зарубіжній психології є багато визначень сутності та змісту поняття «впевненості» у собі. Цей термін трактується як переконаність людини у тому, що він доб'ється успіху, спроможний до самовираження, здатний висувати вимоги та запити у взаємодії з соціумом. Однак слід константувати, що в зарубіжній психологічній науці загальноприйнятої дефініції впевненості не існує.

У вітчизняній психології вивчення впевненості ведеться здебільшого в рамках соціальної та педагогічної психології. Це роботи Н.Ю. Будіча,

М.Є. Мішечкіної, А.М.Прихожана, В.Г.Ромека, М.А.Селіверстової, Е.А.Серебрякової, І.С.Толкунової, О.С.Шило та ін.

Науковці вказують, що складовими впевненості служать компоненти: особистісний, когнітивний, емоційний та поведінковий. Так, *особистісний компонент* в розумінні Е.А.Серебрякової представлений високим рівнем самооцінки та самоповаги особистості. Високий рівень самооцінки в структурі впевненості детермінує з особистісним комфортом та виступає джерелом задоволеності людини самим собою. Самоповага виступає як визначальний показник наскільки людина визнає себе талановитим, гідним, значним та самодостатнім. Також значущим є особистісна позиція людини, яка усвідомлює свої переваги, плюси та мінуси, слабкі та сильні сторони і яка прагне до самодостатності [6].

Когнітивний компонент відображає силу впевненості людини у власній ефективності. На думку В.Г Ромека це впевненість людини в тому, що він спроможний успішно здійснити необхідні дії для досягнення бажаних результатів в будь-якій діяльності [4]. Когнітивний компонент передбачає знання того, що таке впевненість, чим вона може бути корисна та саморозуміння переваг впевненої поведінки.

Емоційний компонент характеризує сміливість людини в соціумі. За твердженням В.Г Ромека цей компонент є протилежним соціальним страхам та відображує позитивний емоційний фон особистості [5]. Емоційний компонент включає вміння керувати своїми реакціями, емоціями, вміння стримуватися, проявляти спокій та врівноваженість.

Поведінковий компонент забезпечує зовнішню реалізацію поведінки людини впевненої у собі. Це може бути ініціатива людини в міжособистісному відношенні. Поведінковий компонент передбачає використання окремих навичок поведінки: демонстрації впевненості, застосування окремих технік, що дозволяють позиціонувати себе, як впевненої людини.

Таким чином, впевненість можна трактувати як комплексну характеристику особистості, яка представляє собою прагнення до самодостатності, емоційну зрілість, усвідомлення самоефективності. Розуміння впевненості розширяє можливості, дозволяє людині продуктивно вирішувати поставлені перед нею завдання на основі позитивної самооцінки власних здібностей, навичок, прагнення до досягнення цілей та проявів вольових якостей тощо.

Список використаної літератури:

1. Психолого-педагогический словарь для учителей и руководителей общеобразовательных учреждений / автор-сост. В.А. Межериков. Ростов н/Д.: Феникс, 1998. 544 с.
2. Психологический словарь / под ред. В.П. Зинченко, Б.Г.Мещерякова. 2-е изд., перераб и доп. Москва : Педагогика-Пресс, 1999. 440 с.
3. Ребер. А. Большой толковый психологический словарь. В 2 т.: т. 2 (П-Я) / А. Ребер; пер с англ. Е.Ю. Чеботаревой. Москва : Издательство АСТ; Вече, 2001. 560 с.
4. Ромек В.Г. Уверенность в себе как социально-психологическая характеристика личности : дис.канд.психол.наук. Ростов-на-Дону, 1997. 242 с.
5. Ромек В.Г. Тренинг уверенности в межличностных отношениях. СПб.: Речь, 2007. 175 с.
6. Серебрякова Е.А. Уверенность в себе и условия ее формирования у школьников : дис. . канд. психол. наук. Москва, 1955. 124 с.
7. Скотникова И.Г. Проблема уверенности : история и современное состояние. *Психологический журнал*. 2002. Т. 23, № 1. С. 52-60.
8. Salter, A. Conditioned reflex therapy. N.Y.: Capricorn, 1949. 245 p.

УДК 159.9:37.092.212.3-057.87

Л. М. Ширяєва,

*кандидат психологічних наук, професор,
професор кафедри загальної і соціальної психології;
НПУ імені М. П. Драгоманова*

Б. В. Прядко,

*аспірант кафедри психології
НПУ імені М. П. Драгоманова*

**ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ОСОБЛИВОСТЕЙ ДОСЯГНЕННЯ
УСПІХУ У СТУДЕНТІВ ЗВО**

Анотація. У статті висвітлено результати аналізу проблеми досягнення успіху у вітчизняній та зарубіжній літературі, проаналізовано основні наукові підходи дослідження професійної успішності. Здійснено

Факультет психології