

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-228-9-8>

**PSYCHOLOGICAL FACTORS OF PERSONALITY  
CONFIDENCE OF EARLY ADULT ADVENTURE:  
MODERN SCIENTIFIC DISCOURSE**

**ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ВПЕВНЕНOSTI  
ОСОБИСТОСТІ РАНЬОГО ДОРΟΣЛОГО ВІКУ:  
СУЧАСНИЙ НАУКОВИЙ ДИСКУРС**

**Makedonska E. O.    Македонська Е. О**

*Postgraduate Student  
at the Department  
of Psychology, Faculty of Philosophy  
and Social Sciences  
National Pedagogical Dragomanov  
University,  
Psychologist, member NPA and EAPS  
Kyiv, Ukraine*

*аспірантка кафедри психології факультету  
філософії та суспільствознавства  
Національний педагогічний університет  
імені М. П. Драгоманова,  
психолог, член ЕАПС та Дивізіону  
«Психоаналітична психологія і  
психотерапія» НПА України  
м. Київ, Україна*

Впевненість особистості у собі є однією з основних характеристик особистості і розпочинає формуватися від самого народження в результаті комунікування зі значущими іншими особистостями, що активно проявляється в пубертатному віці через комунікування з однолітками, успішність якого детермінує інтегральне уявлення про себе як здатну чи нездатну до впевненої поведінки. Те, як почуватися у цьому світі підліток, наскільки він упевнений у собі й наскільки він здатний приймати та обробляти зворотний зв'язок від світу, транслюється на все подальше доросле життя. Будь-яка діяльність людини нерозривно взаємопов'язана з тим, як особистість відчуває себе загалом, наскільки особистість впевнена в собі, своїх думках і вчинках. Тому важливо виявляти чинники формування впевненості особистості у собі і особливо важливо у ранньому дорослому віці [1].

Варто відзначити, що на психологічне розуміння сутності впевненості вплинуло повсякденне уявлення про даний феномен, як про «тверду віру в щось або в когось». Впевненість розглядається «як почуття відсутності сумнівів, що ґрунтується на досвіді і, насамперед, на знаннях». У відповідності до цього підходу, впевненість включає настановно-цільовий, когнітивний, мотиваційний, продуктивний, рефлексивно-оцінний, емоційний та регуляторний компоненти. Встановлено, що впевненість може мати різні прояви: як активний усвідомлений стан, як бажання самоствердитися, як прояв ергічності тощо.

Особистісна впевненість визначається як стабільна характеристика і має загальний прояв у поведінці, діяльності, відносинах та спілкуванні. Її окремим видом являється впевненість у собі, яка визначається як переживання людиною своїх можливостей, як адекватних тим завданням, які стоять у житті, і тим, що він ставить собі.

У психологічних публікаціях зустрічаються різні тлумачення сутнісних характеристик упевненості як властивості особистості та стан; відносини суб'єкта до невизначеності; регулятивної риси; прояв властивостей нервової системи; здатність пред'являти вимоги та запити у взаємодіях та домагатися їх вирішення. У публікаціях з цієї проблеми наголошувалося, що впевненість у собі є стабільною особливістю особистості, обумовленої головним чином її характером. Дослідники відзначали, що корелятами впевненості являються низька тривожність, хороший самоконтроль і саморегуляція, ініціативність, сміливість у соціальних взаємодіях, особливо у складних ситуаціях.

Проведені дослідження науковців показали, що впевненість у собі виступає і у вигляді внутрішньої пізнавальної діяльності, пов'язаної з самооцінкою та усвідомленням своїх можливостей. Встановлено, що впевненість вища в інтерналів і в тих, у кого вищий рівень практичного інтелекту, хто має добре усвідомлювані життєві орієнтації, хто має низький рівень нейротизму тощо [2].

Для того, щоб оцінити впевненість у собі, необхідно враховувати наявні уявлення особистості про саму себе, процеси виховання, умови одержання досвіду, а також властивості нервової системи. Найбільш повний виклад структури впевненості у собі як особистісної характеристики містить когнітивний, емоційний, особистісний та поведінковий компоненти. Першорядну і фундаментальну роль у формуванні впевненості у собі відіграє процес виховання та умови дорослішання особистості, які забезпечуються взаємодією зі значними близькими, особливо матір'ю, як найбільш впливовою фігурою. У міру дорослішання змінюються референтні для суб'єкта групи, що сприяє формуванню особистості через освоєння нових ролей та вироблення власної ідентифікації.

Образ впевненої/непевненої особистості починає зароджуватися з формування еґо-ідентичності з урахуванням інтеграції батьківських установок. На формування в «Я-образі» компонента впевненої у собі людини, починаючи особливо активно у підлітковому віці, впливають різні соціально-психологічні чинники. Суб'єктивне відчуття задоволеності своїми успіхами у соціальному середовищі, зокрема, досягнення у захопленнях чи розвитку своїх індивідуальних здібностей,

успішність у навчанні; у спілкуванні з однолітками, друзями, партнерами.

Система уявлень підлітка про характеристики поведінки впевненої у собі особистості тісно пов'язані з подібними уявленнями у батьків, які трансльовані у виховному процесі та у дитячо-батьківському спілкуванні. Батьківське ставлення до підлітка, який на даному етапі має нестійкі уявлення про себе самого, нестабільну самооцінку, має суттєве значення для формування впевненості в собі особистості. Підтримка батьків, які приймають свою дитину-підлітка, сприяє успішному формуванню Я-концепції підлітка через відповіді на такі питання, як: «Хто Я є?», «За кого мене приймають інші?», «Яким би мені хотілося стати?». Продуктивна дитячо-батьківська взаємодія допоможе уникнути формування комплексу неповноцінності/недостатності у підлітка [1].

Але навіть після того, як підлітковий вік залишився позаду, мозок людей в ранньому дорослому віці все ще працює над оптимізацією зв'язку між різними ділянками мозку. Тому рання дорослість визначається як життєвий етап, який пов'язаний з великими зовнішніми та внутрішніми змінами, і така нестабільність може зробити людину вразливою до додаткових змін, які можуть перерости у повноцінний розлад.

Серед внутрішніх чинників впевненості в собі доцільно виділити наступні: внутрішній діалог; рівень сили волі; рівень страху та сумнівів; рівень компетенції / впевненості; навички боротьби зі стресом тощо. Серед зовнішніх факторів: думки оточуючих, відносини в сім'ї, невдалі місця та час для самореалізації, небажані події, життєві кризові ситуації тощо [3].

Питання впевненості у собі дуже актуальне в ранньому дорослому віці, адже вона може впливати на самостійність вибору та свідоме складання особистого професійного плану. Ранній дорослий вік характеризується завершенням переходу від молодості до статусу дорослості, який внутрішньо сприймається як позитивне почуття, зникають сумніви та тимчасовість юності, де особистість зайнята формуванням власного майбутнього. У дану вікову фазу особистість застосовує всю інформацію, яку вона придбала у соціальних ролях дорослих, до себе. Особистість у цей період завершує навчання, долучається до трудової діяльності, одружується, заводять дітей, визначає загальний стиль життя і конкретні завдання на майбутнє, встановлює коло друзів різного ступеня близькості, корегує ціннісні орієнтації у відповідності до нового «дорослого» статусу та нових життєвих планів. Досвіду дорослого життя ще мало, тому молода людина робить деякі вчинки іноді імпульсивно, необдуманно, здійснюючи помилки, приймаючи неправильні рішення.

Головна мета молодості полягає в реалізації можливостей саморозвитку. Проте підвищені вимоги до молодих дорослих, їх досягнень та успіхів сприяють виникненню у них переживань стресового характеру, а висока частота значних та значущих подій у період ранньої дорослості здатна посилювати стрес, а в ситуації невдач знижувати рівень впевненості у собі [4, с. 112].

Так категорія впевненості у собі в ранньому дорослому віці у психологічній науці являється поліфункціональним конструктом і сприймається з двох позицій: як властивість особистості, що приймає участь у прийнятті рішень при різних когнітивних завданнях, і як особистісна характеристика [3, с. 119].

Отже, впевненість в собі можна відзначити як: «Я покажу їм, що я можу це зробити» – самовпевнена особистість в ранньому дорослому віці має таку здатність, як автономно не намагатися щось собі довести. У ранньому дорослому віці вже простежується чітке уявлення про те, що «Я можу», на що «Я здатен», чи вистачить «внутрішнього ресурсу Я» тощо [5].

Таким чином, в якості заключного зауваження відзначимо, що філософська література про впевненість в собі в тій мірі, в якій кожен з нас усвідомлює це – відноситься до цих внутрішньо особистісних відносин, як до чогось хорошого, а не впевненість в собі до себе – як до поганої речі. Тож, впевненість особистості раннього дорослого віку визначається як складний психологічний функціонал, який є самостійним психологічним об'єктом.

### Література:

1. Володарская Е. А., Зиновьева Е. Н. Социально-психологические факторы уверенности в себе в подростковом возрасте. *Человеческий капитал*. 2019. № 9(129). С. 48-56.
2. Ослякова И.В. О психологическом феномене уверенности. *Человеческий капитал*. 2019. № 4(124). С. 40-47.
3. Македонська Е.О. Психологічні чинники розвитку впевненості в собі у ранній дорослості. *Гуманітарний корпус*. 2021. Випуск 41. Том 1. С.118-121.
4. Крайнюк В.М. Психологія стресостійкості особистості: монографія. Київ: Ніка-Центр, 2007. 432 с.
5. Македонська Е.О. Комунікативні компетентності як психологічні чинники впевненості у собі в ранній дорослості. *General psychology and psychology of personality. International scientific conference*. Riga, the Republic of Latvia, 2021, pp. 8-11.