



# **ДИФЕРЕНЦІАЛЬНИЙ ПІДХІД У ДОСЛІДЖЕННІ ПРОФЕСІЙНОГО САМОЗДІЙСНЕННЯ ОСОБИСТОСТІ**

## **МАТЕРІАЛИ**

Всеукраїнської науково-практичної конференції  
(24-25 березня 2022 р., м. Одеса, Україна)

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Державний заклад  
ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ  
УНІВЕРСИТЕТ імені К. Д. УШИНСЬКОГО (м. Одеса)

КАФЕДРА ЗАГАЛЬНОЇ ТА ДИФЕРЕНЦІАЛЬНОЇ  
ПСИХОЛОГІЇ СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНОГО  
ФАКУЛЬТЕТУ

# **ДИФЕРЕНЦІАЛЬНИЙ ПІДХІД У ДОСЛІДЖЕННІ ПРОФЕСІЙНОГО САМОЗДІЙСНЕННЯ ОСОБИСТОСТІ**

## **МАТЕРІАЛИ**

Всеукраїнської науково-практичної конференції  
24-25 березня 2022 року

Одеса  
ФОП Бєлий А.Є  
2022

мотивації, складено описову характеристику психологічного благополуччя представників вибірки з різним рівнем мотивації, що підтвердило наше припущення про мотивацію як чинник психологічного благополуччя особистості.

### **Література**

1. *Боришевський М. Й. Дорога до себе: Від основ суб'єктності до вершин духовності : [монографія]. Київ : Академвидав, 2010. 416 с.*
2. *Маслоу А. Мотивация и личность / 3-е изд. СПб. : Питер, 2012. 352 с.*
3. *Санникова О. П. Феноменология личности: Избранные психологические труды. Одесса : СМІЛ, 2003. 256 с.*
4. *Сердюк Л. З. Особистісна самореалізація та психологічне благополуччя як основні стратегічні лінії мотивації учіння студентів ВНЗ. Науковий вісник Чернівецького університету. Педагогіка та психологія. 2014. Вип. 687. С. 151-159.*
5. *Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. Том 1. М., 1986. 408 с.*

УДК: 159.9

## **СОЦІАЛЬНА АДАПТИВНІСТЬ ВПЕВНЕНИХ І НЕВПЕВНЕНИХ ОСІБ: ПОРІВНЯЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА**

**Саннікова О. П.**

*доктор психологічних наук, професор,  
завідувач кафедри загальної та диференціальної психології,  
Університет Ушинського*

**Пружина М. О.**

*здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти,  
Університет Ушинського*

У цьому повідомленні розглядається поняття впевненості і невпевненості в собі як комплексної характеристики в контексті адаптивних можливостей особистості.

Мета статті: презентувати результати емпіричного пошуку індивідуально-психологічних характеристик адаптивності осіб з різним розвитком впевненості в собі.

Проблему впевненості в собі, довіри до себе і до своїх

здібностей у тому чи іншому вигляді можна виявити практично в будь-якій психологічній теорії, яка стосується психології особистості. Те, що люди розрізняються за ступенем впевненості в собі, цілком очевидно. Поняття «впевненість» присутнє у більшості мов світу, в деяких навіть зустрічається кілька термінів для позначення цієї якості особистості. Як психологічне поняття «впевненість у собі» (англійське *assertiveness*, німецьке *Selbstsicherheit*) з'явилося в підручниках психології нещодавно у зв'язку з розвитком психологічної корекції та психотерапії. Практичні психологи та психотерапевти в ході своєї роботи виявили, що більшість невротичних хворих і велика частина звичайних хворих (особливо з серцево-судинною патологією) в тій чи іншій мірі страждають від скутості, самотності, від невпевненості в собі і своєму майбутньому (Майерс, 1997).

Першим, хто серйозно зайнявся цією проблемою, був Андре Сальтер, власник і головний лікар досить великої та багатой клініки неврозів в Америці. Почавши роботу з невпевненими клієнтами в 40-і роки 20-го століття, А. Сальтер узагальнив свій досвід і спробував дати йому теоретичне обґрунтування в своїй книзі «Умовно-рефлекторна терапія». Посилаючись на теорію І. П. Павлова, А. Сальтер припустив, що причиною невпевненості може бути переважання процесів гальмування над процесами збудження, що призводить до формування «гальмівної» особистості, нездатної до відкритого і спонтанного вираженню своїх почуттів, бажань і потреб, обмеженою у самореалізації, ускладнення в контактах з іншими людьми. На думку А. Сальтера, більшість його сучасників в тій чи іншій мірі страждали від такого роду порушення нервового балансу. На основі свого клінічного досвіду автор виділив і описав шість характеристик здорової, упевненої в собі особистості (Кондратюк, 2014). Це емоційність мови, що відповідає відкритому, спонтанному і справжньому висловом у промові всіх випробовуваних почуттів. З точки зору А. Сальтера, впевнена людина відкрита, все називає своїми іменами і не змушує співрозмовника здогадуватися, що ж саме за відчуття стоїть за його словами. По-друге, впевнена у собі людина висловлює почуття спонтанно, тобто в той момент, коли вони виникли. По-третє, впевнена людина говорить саме про ті почуття, які вона

відчуває. Вона не прагне приховати або пом'якшити прояв своїх як позитивних, так і негативних почуттів (Санникова, Кузнецова, 2009).

Стівен Стайн та Говард Бук говорять про експресивність і конгруентність поведінки й мови, що означає ясний прояв почуттів в невербальній площині і відповідність між словами і невербальним поведінкою. Їм не властиво самоприниження та недооцінка своїх сил і якостей, вони здатні без сорому вислуховувати похвалу на свою адресу. Здатність до імпровізації, тобто до спонтанного вираження почуттів і потреб, також характерна впевненим у собі людям (Стівен Стайн, Говард Бук: електронний ресурс).

Слід зазначити, що до початку 70-х років сформувалось уявлення про впевненість як про комплексну характеристику людини, що включає в себе певні емоційні (страх і тривожність); поведінкові, зокрема, дефіцит навичок соціальної поведінки і когнітивні компоненти.

Проте, загальноприйнятого визначення впевненості в собі на сьогоднішній день не існує. Більшість закордонних психологічних словників обмежується описом різних підходів до впевненості. Самі дослідники ретельно уникають чіткого формулювання поняття впевненості в собі (чи вважають сучасний рівень дослідження проблеми недостатнім, щоб давати визначення впевненості). Невпевненість характеризується недостатньо ясними формулюваннями намірів; неповними планами дій; негативною оцінкою результатів дій, що призводять до виникнення дефектних або дефіцитних стереотипів поведінки. Таким чином, на думку Р. Зигмунда, установки по відношенню до власної персони, самовербалізації і самооцінки людини вирішальним чином впливають на поведінку людини, формують тип впевненої або невпевненої поведінки (Кузнецова, 2012; Лісовенко, 2014; Мельничук, 2012).

Що стосується феномену соціальної адаптивності, то він характеризує здатність особистості до внутрішніх (психологічних) і зовнішніх (поведінкових) перетворень, перебудов, спрямованих на збереження або відновлення рівноважних взаємин особистості з мікро- і макросоціальним середовищем при змінах у характеристиках цього середовища (Санникова, 2003; Свертілова, 2014).

Адаптивність розглядається як стійка властивість особистостей в контексті континуально-ієрархічного підходу, запропонованого Санніковою О. П. (2003). Цей підхід виокремлює формально-динамічний, змістовно-особистісний і соціально-імперативний рівні адаптивності. В нашій роботі вивчаються показники якісного рівня адаптивності. Якісна її структура представлена як трьох компонентне утворення, що включає когнітивний, емоційно-мотиваційний і поведінковий компоненти, кожний з яких специфічно забезпечує загальний адаптивний ефект. Когнітивний компонент адаптивності виконує функцію віддзеркалення дійсності, що змінюється і це дозволяє, одержувати інформацію про зміни, що відбуваються в середовищі, виробляти раціональну оцінку адаптаційної соціальної ситуації і розуміти її контекст, на підставі знань і минулого досвіду взаємодії з оточуючими передбачати наслідки власних адаптивних дій. Аналіз літературних джерел в якості репрезентативних показників когнітивного компоненту адаптивності дозволив авторові виділити наступні параметри: широта охоплення сигналів соціуму; легкість ієрархізації і розпізнавання сигналів соціуму; точність орієнтації в соціальних очікуваннях. Емоційно-мотиваційний компонент адаптивності характеризується такими показниками, як емоційна стійкість; готовність змінюватися. Поведінковий компонент розглядається як здатність здійснювати адекватні дії в адаптаційній ситуації й охоплює: готовність до здійснення конструктивних дій, спрямованих на подолання невдач; готовність до здійснення конструктивних дій, спрямованих на досягнення мети (Саннікова, 2003; Саннікова, Кузнєцова, 2009). Кожний з виділених параметрів якісної структури адаптивності є біполярним континуумом, на полюсах якого розташовуються край низькі і максимально високі значення показників. Індивідуальні значення особистості по кожному з параметрів відображають специфіку адаптивності її якісну індивідуальну своєрідність.

В роботі був використаний тест «Впевненість у собі» В. Г. Ромека. Для діагностики формально-динамічних та якісних показників адаптивності як властивості особистості був використаний тест-опитувальник соціальної адаптивності (Ромек, 1996; Саннікова, Кузнєцова, 2002, 2009; Столяренко, 2012). Використовувалися статистичні методи обробки даних,

зокрема, кореляційний аналіз, виконаний за допомогою комп'ютерної програми SPSS21.0 for Windows 10; методи якісного аналізу даних: метод асів, аналіз профілів. У нашому емпіричному дослідженні брало участь 45 осіб – магістрантів-психологів Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського». Дослідження проводилося протягом 2021-2022 навчального року.

В табл. 1 наведені результати аналізу взаємозв'язків між показниками впевненості в собі та адаптивності.

При аналізі взаємозв'язків впевненості в собі з показниками адаптивності встановлено наявність тільки додатних значущих взаємозв'язків між деякими показниками на рівні і 5%, і 1%. Такі показники адаптивності як: ШОСС, ГДМ ЗПА значимо пов'язані з усіма показниками впевненості в собі. Виявлено на значимому рівня зв'язок показника ГПН з такими показниками як ІСК та ЗПВ. Також загальний показник впевненості в собі має зв'язок з показником ЛІСС.

Таблиця 1.

**Взаємозв'язки впевненості в собі з показниками адаптивності за «Тест-опитувальником соціальної адаптивності» О. П. Саннікової і О. В. Кузнєцової**

Адаптивність	Показники впевненості в собі			
	ВПС	ССм	ІСК	ЗПВ
ШОСС	537**	499**	507**	620**
ЛІСС				330*
ГПН			336*	334*
ГДМ	482**	362*	358*	482**
ЗПА	336*	396**	301*	417**

Примітка. 1)  $N = 45$ ; 2) нулі та коми опущені; 3) \* –  $\rho \leq 0,05$  (5% рівень значущості); \*\* –  $\rho \leq 0,01$  (1% рівень значущості); 4) умовні позначення показників за тестом «Впевненість у собі» В. Г. Ромека: ВПС – Впевненість у собі; ССм – Соціальна сміливість; ІСК – Ініціатива у соціальних контактах; ЗПВ – загальний показник впевненості в собі (введений нами усереднений показник за яким здійснювалося групування обстежених за цією ознакою); 5) скорочення показників адаптивності: ШОСС –

*Широта-вузькість охоплення сигналів соціуму в актуальній адаптаційній ситуації; ЛІСС – Легкість-ускладненість розпізнавання і ієрархізації сигналів соціум; ГПН – Готовність-відсутність готовності до здійснення конструктивних дій, спрямованих на подолання невдач; ГДМ – Готовність-відсутність готовності до здійснення дій, спрямованих на досягнення мети; ЗПА – Загальний показник адаптивності.*

Далі, відповідно до мети дослідження, було здійснено угруповання обстежених за рівнем впевненості в собі. За результатами діагностики в загальній вибірці за допомогою метода «асів» були виділені 2 групи осіб, які мали високі (n=5), або низькі (n=4) значення показника впевненості в собі за тестом «Впевненість у собі» В.Г. Ромека. Розглянемо профілі соціальної адаптивності представників досліджуваних груп, що презентовані на рис. 1.

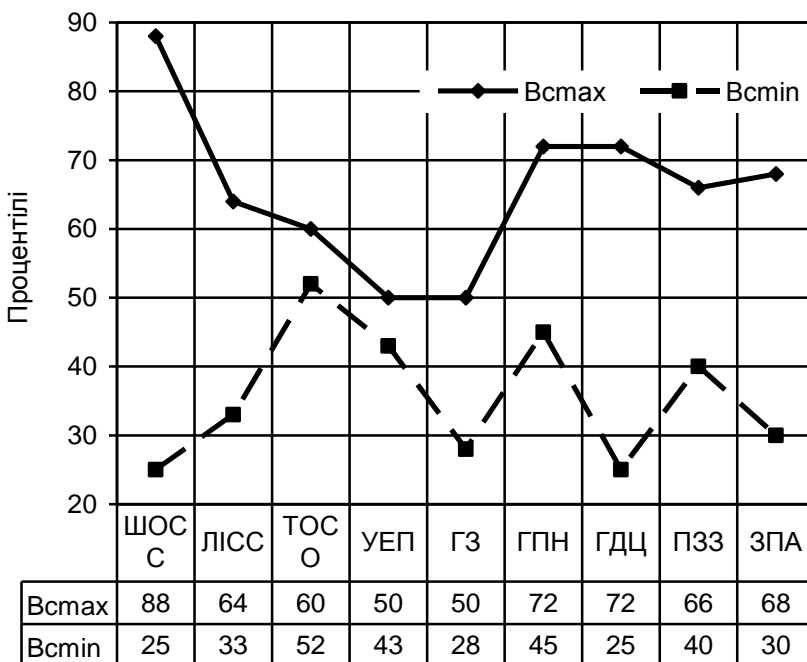


Рис. 1. Профілі соціальної адаптивності груп осіб з різною впевненістю в собі

*Примітка: 1) умовні скорочення: ШОСС - широта охоплення*



*сигналів соціуму, ЛІСС – легкість розуміння ієрархізації сигналів соціуму; ТОСО – точність орієнтації в соціальних очікуваннях, СЕП – стійкість емоційного переживання; ГЗ – готовність змінюватися, ГПН – готовність до скоєння конструктивних дій, спрямованих на подолання невдач, ГДЦ – готовність до вчинення дій, спрямованих на досягнення цілі, ПЗЗ – показник загальний задоволеності, ЗПА – загальний показник адаптивності.*

На осі ОХ у цьому та наступних рисунках традиційно розташовані показники шкал властивостей особистості, що вивчаються, на осі ОУ їх значення, що надані у обраних одиницях (стенах, станайнах, процентілях, балах). Конкретно, на рис 1 на осі ОХ розміщені показники соціальної адаптивності, на осі ОУ, відповідно, їх значення, що надані у процентілях. Значення, що лежать у площині вище середньої лінії ряду, характеризують високі показники адаптивності.

Про яскраву виразність відповідного показника свідчать значення що наближені до додатного полюсу (четвертий квартал розподілу). Значення показників нижче середньої лінії ряду і які наближаються до від'ємного полюсу (перший квартал розподілу), свідчать про не вираз, або про слабкий вираз показників соціальної адаптивності. Кожне значення – крапка, яка позначає координати відповідного показника, на графіку відповідає середньо арифметичній величині значень відповідних показників.

Аналіз отриманих профілів показав, що кожна досліджувана група осіб – представників різних рівнів впевненості в собі, характеризується специфікою адаптивності, що проявляється як в рівнях, котрих досягають показники, так і специфічному їх поєднанні. Це відбивається, перш за все, в особливостях конфігурації кожного профілю і його розташуванні відносно середньої лінії ряду. Аналіз зведених профілів представників двох груп осіб, що зображені на рисунку 1 свідчать про те, що група осіб з більш високими показниками впевненості в собі має також більші результати з усіх показників адаптивності. Особливо виразна ця тенденція у показника ШОСС – широта охоплення сигналів соціуму.

Отже можна вважати, що в межах нашої вибірки особи з більшою впевненістю в собі є більш адаптивними за усіма ознаками, показниками, що діагностуються обраними методиками.

## **Висновки:**

1. Теоретично встановлено, що впевненість в собі є властивістю особистості, ядром якої виступає позитивна оцінка індивідом власних навичок та здібностей як достатніх для досягнення значущих для нього цілей і задоволення його потреб. Основою для формування такого роду оцінок служить достатній поведінковий репертуар, позитивний досвід вирішення соціальних завдань і успішного досягнення власних цілей (задоволення потреб).

2. Адаптивність розуміється як здатність особистості до внутрішніх (психологічних) і зовнішніх (поведінкових) перетворень, перебудов, спрямованих на збереження або відновлення рівноважних взаємин особистості з мікро- і макросоціальним середовищем при змінах у характеристиках цього середовища. Адаптивність розглядається як стійка властивість особистості в контексті континуально-ієрархічного підходу, запропонованого Санніковою О. П.

3. Виділено 2 групи осіб з високою і більш низькою впевненістю у собі (за результатами методики впевненість у собі Ромека). Аналіз результатів дослідження адаптивності у зв'язку з впевненістю в собі за методом профілів дав змогу дійти висновків, що в межах нашої вибірки справедливими є твердження про те, що особи з високою і низькою впевненістю в собі, різняться: особливостями адаптивності, специфікою комунікативної креативності, проявами товарищескості. Аналіз цих двох груп профілів дав змогу скласти психологічний опис впевнених в собі особистостей як більш соціально адаптивних, товариських та тих, яким властива легкість в спілкуванні, схильність до само презентації, комунікативна компетентність у порівнянні з менш впевненими в собі.

Встановлені факти дають можливість говорити про впевненість в собі як характеристику особистості, що впливає на її соціальну адаптацію.

## **Література**

1. Кондратюк С. М. *Впевненість у собі як один з аспектів життєвого успіху студентської молоді. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. 2014. Вип. 2(1). С. 76-80. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkh\\_p\\_2014\\_2%281%29\\_\\_15](http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkh_p_2014_2%281%29__15).*

2. Кузнецова О. В. *Психологічні особливості комунікативної*

креативності у осіб з різною адаптивністю. URL: [https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/journals/2012/NiO\\_9\\_2012/1/Kuzn.htm](https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/journals/2012/NiO_9_2012/1/Kuzn.htm)

3. Лісовенко А. Ф. Впевненість у собі осіб з різною схильністю до заздросі. *Наука і освіта*. 2014. № 2. С. 32-37. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/NiO\\_2014\\_2\\_8](http://nbuv.gov.ua/UJRN/NiO_2014_2_8).

4. Майерс Д. *Социальная психология*. СПб. : Питер-Пресс, 1997.

5. Мельничук С. К. Сутність, структурні компоненти та критерії вивчення впевненості в собі. *Вісник Інституту розвитку дитини*. 2012. Вип. 21. С. 134-139.

6. Ромек В. Г. Понятие уверенности в себе в современной социальной психологии // *Психологический вестник Ростовского государственного университета*. 1996. Вып. 1. Часть 2. С. 132-146.

7. Санникова О. П., Кузнецова О. В. *Адаптивность личности* : [монографія]. Одесса, 2009. 246 с.

8. Санникова О. П. *Феноменология личности* : Избранные психологические труды. Одесса : СМІЛ, 2003. 256 с.

9. Санникова О. П., Кузнецова О. В. Результаты апробации оригинального тест-опросника социальной адаптивности. *Вестник Харьковского ун-та*. № 550. Харьков, 2002. С. 211-214.

10. Свертілова Н. В. Переживання образи як чинник адаптивності. *Наука і освіта*. 2014. № 11. С. 145-149.

11. Стивен Стайн, Говард Бук. *Преимущества EQ: Эмоциональная культура и ваш успех* : [Електронний ресурс]. URL: <http://lib.misto.kiev.ua/DPEOPLE/eq.txt>.

12. Столяренко О. Б. *Психологія особистості* : [навч. посіб.]. Київ : ЦУЛ, 2012. 280 с.

УДК: 159.9 + 155.25

## **ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСІБ З РІЗНИМ РІВНЕМ САМОЗМІНЮВАННЯ**

**Скловський І. З.**

доктор філософських наук, доцент кафедри  
філософії, соціології та менеджменту соціокультурної  
діяльності, Університет Ушинського

**Перлей Г. О.**

здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти,  
Університет Ушинського