

Актуальні проблеми реформування системи виховання та освіти в Україні: Збірник тез наукових робіт учасників міжнародної науково-практичної конференції (м. Львів, 26-27 квітня 2019 року). – Львів: ГО «Львівська педагогічна спільнота», 2019. – Ч. I. – 120 с.

С. 21

Мачушник О. Л.

викладач кафедри загальної, вікової та педагогічної психології,

Брайткрайц А. А.

студентка IV курсу соціально-психологічного факультету,

Житомирський державний університет імені Івана Франка

м. Житомир, Україна

ВИВЧЕННЯ ПРИЧИН ЮНАЦЬКОЇ НЕВПЕВНЕНОСТІ

Невпевненість – риса характеру, яка присутня, чи не у кожної людини. Вона негативно впливає на особистість, її працездатність та перешкоджає її самореалізації у будь-якій сфері. Тому науковці присвячують вивченню цього питання свої статті та розробляють методи для її визначення та усунення. І. Бех, В. Зимбардо, Н. Ключєва, С. Козлова, О. Кононко, Р. Овчарова, І. Печенко, Т. Поніманська та інші зарубіжні і вітчизняні вчені займались визначенням і вивченням соціально-впевненої та невпевненої поведінки дітей. Так, А. Адлер ввів поняття «комплекс неповноцінності» та «невпевнена дитина», Р. Кеттел розробив теорію уродженої сором'язливості, у концепції А. Сальтера є припущення, що можливою причиною невпевненості можуть бути природні і соціальні фактори.

Як бачимо, ця проблема є актуальною і потребує подальшого вивчення для пошуків шляхів та засобів її подолання у людини. Мета нашої статті: вивчити причини виникнення невпевненості у юнаків. Наше дослідження було проведено на базі Житомирського державного університету імені Івана Франка. У ньому взяли участь 30 студентів 3 курсу соціально-психологічного факультету.

3. С. Карпенко дає таке визначення терміну невпевненості: «це переживання людиною своєї неспроможності досягнути тих чи інших життєвих цілей, справитися з певними завданнями внаслідок неадекватно заниженої самооцінки. Ознаками невпевненості є: заляканість, відчуження; смирення, покірність; намагання догодити; тривожність, песимізм, занижений життєвий тонус; самозвинувачення, почуття провини, каяття [1, с. 71-72]. Невпевнена людина – це особа, яка сумнівається в істинності чого-небудь. За А. Адлером, у невпевненої людини наявний страх критики, спілкування, страх сказати «ні». Такі люди несамостійні, залежні та пасивні. Дж. Вольпе зазначав, що виникненню невпевненості можуть сприяти окремі емоційні процеси, а саме, тривожність та страх, які виникають у кризових ситуаціях. Вчений вважав, що для подолання невпевненості у собі необхідно у соціальній ситуації замінити страх на іншу, не сумісну із ним позитивну емоцію [2, с. 24-25]. Людина, яка мислить песимістично, заздалегідь мотивує себе на невдачі, вона відчувається

С. 22

невпевнено та пригнічено. Саме тому, щоб досягти успіхів у певному виді діяльності, варто мислити позитивно [3, с. 15].

Вивчення рівня невпевненості студентської аудиторії дає нам змогу побачити реальну картину, тих людей, які не можуть відстояти себе, довести правоту власної думки; які погоджуються із іншими людьми, бо не мають бажання активно взаємодіяти із соціумом; які зациклені на власні проблемах. Ця риса характеру негативно впливає на самооцінку студентів, на їхні успіхи у навчальній діяльності та взаємодії із соціумом. Щоб дослідити дану проблему, ми провели опитування за розробленою нами анкетною.

Стосовно питання про те, чи вважають наші опитувані себе впевненою людиною, ми отримали впевнене «так» від 12 учасників опитування (40 %), деякі учасники пояснили це тим, що вони ставлять собі цілі та виконують їх; інші вважають себе лідерами, сильними, рішучими особистостями, які не бояться думок інших людей. Ще 3 студентів (10 %) вважають, що все залежить від ситуації, інколи вони можуть бути невпевненими, інколи – ні. 15 (50 %) –

зізналися, що не завжди відчуються впевнено, бо бувають сором'язливими та бояться публіки, а також вважають, що мають певні недоліки, які змушують сумніватися у собі та почуватися невпевнено.

Серед чинників, які викликають невпевненість у людей, наші учасники вказали наступні: негарна зовнішність (3 %, 1 учасник); власна розгубленість та думки чи осуд інших людей (по 7 %, по 2 людини); дитячі психологічні травми, сильний контроль з чийогось боку (13 %, 4 учасники); страхи, боязнь чужої думки (20 %, 6 учасників); занижена самооцінка (24 %, 7 учасників), комплекси (26 %, 8 учасників).

Серед вказаного ряду обставин, за яких наші обстежувані почувуються невпевнено, були: «погане володіння інформацією» (23 %, 7 учасників), «ситуація недовіри з боку інших осіб» (20 %, 6 учасників); «знаходження під впливом сильної особистості» та «необхідність прийняти певне важливе рішення» (по 17 %, по 5 осіб); «розуміння неправильності власної лінії поведінки» (13 %, 4 учасники); «будь-які публічні виступи, потреба у виступі перед великою аудиторією чи незнайомими людьми» (7 %, 2); «необхідність створення чогось нового» (3 %, 1 учасник).

Аналізуючи риси характеру, які не подобаються у собі нашим обстежуваним, ми здійснили їх умовний поділ на декілька груп. 1 група – «несміливі»: несміливість, боязкість, нерішучість, довірливість, невміння аргументувати свою думку, мовчазність (53 %, 16 учасників). Ці риси заважають нашим обстежуваним бути впевненими у собі. 2 група – «нестримні»: впертість, егоїстичність, прямолінійність, самовпевненість, гордість, лій образливість, запальність (37 %, 11 учасників). Зазначені якості часто призводять до непорозумінь та конфліктів. 3 група – «неконструктивні»: доброта, щирість, довірливість (10 %, 3 учасників).

С. 23

Ці риси були виділені, бо студенти не вміють відстоювати свою позицію і розуміють, що оточуючі просто користуються їхнім слабким характером.

Формуючи свої відповіді на питання стосовно виникаючих при виконанні поставленого завдання проблем, наші учасники виділили такі свої стратегії: 13 учасників (43 %) радяться із близькими людьми; 9 (30 %) – аналізують свої помилки, розбираються у причинах та намагаються їх вирішити; 8 учасників (27 %) спочатку впадають у відчай, роздратовуються, сумують і лише потім знову беруться до виконання завдання.

Наступне питання стосувалося зовнішності та того, як часто учасники заклопотані своїм виглядом. 3 студенти (10 %) не надто заклопотані своєю зовнішністю і можуть вийти із дому, навіть не поглянувши на себе у дзеркало; 17 (57 %) – прискіпливо оглядають себе у дзеркало перед кожним виходом із дому; 10 учасників (33 %) заглядають у люстерко за першої-ліпшої нагоди.

Наступне питання було спрямоване на розкриття причин, які ведуть до незадоволення зовнішністю. Отже, 7 студентів (23 %) цілком задоволені власним виглядом; 12 учасників (40 %) мають претензії до власної вроди; 10 (34 %) – не задоволені фігурою; 1 учасник (3 %) вказав, що не любить себе.

Ще одне питання мало на меті розкрити позитивні риси характеру досліджуваних, які оцінені іншими людьми, і які виступають їхніми сильними сторонами. 19 учасників (64 %) вважають, що це гумор, доброта, щирість, чесність. 10 учасників (33 %) зазначило у анкетах такі якості, як вірність, справедливість, дружелюбність, взаємодопомога. 1 учасник (3 %) не зміг вказати жодної своєї позитивної якості.

Відповіді на питання стосовно батьківської критики могли пояснити нам окремі причини юнацької невпевненості, адже позитивне сприйняття батьками власних дітей допомагає останнім вибудувувати позитивний «Я образ» та сприймати себе як позитивну особистість. Навпаки, постійна батьківська критика може призводити до зростання у дитини невпевненості у собі та до формування комплексу неповноцінності та меншовартості. Отож, на питання «чи бували випадки, коли батьки вас критикували?», 4 учасники (13 %) сказали, що не можуть пригадати таких випадків. 26 юнаків (87 %) відповіли, що батьки часто критикують їх. Зокрема, 13 із них (50 %) пояснюють, що батьківська

критика, насамперед, пов'язана із їхніми вчинками або поведінкою, яка не подобається батькам. 8 учасників (31 %) вважають, що причиною цього є невдоволення батьків їхнім зовнішнім виглядом. 3 юнаків (12 %) вважають за причину критики їх оцінки, як у школі, так і в університеті, і ще 2 учасники (7 %) думають, що шквал критики викликається різними смаками батьків і дітей.

Ще одне питання також стосувалося теми «батьки та діти» й звучало так: «Як часто батьки не погоджуються із вами та чому?» 8 учасників (27 %)

С. 24

зазначило, що найчастіше батьки, або вони, приймають думку один одного. Пояснення звучало так: батьки довіряють їм і часто їхні думки збігаються із батьківськими. 12 обстежуваних (40 %) зазначило, що це відбувається досить рідко (в більшості випадків вони доходять згоди, непорозуміння бувають інколи через віковий бар'єр, або ж коли юнаки не праві, і батькам доводиться доносити їм свою правоту). Ще 6 учасників (20 %) зазначили, що батьки іноді не погоджуються із їх думкою, але причини не вказали. 4 учасники (13 %) зізналися, що батьки часто не погоджуються із ними, і так пояснили причину їхньої незгоди: діти та батьки мають різні погляди на однакові речі; через впертий характер юнаків, батьківського несхвалення поведінки наших учасників.

Як показало наше дослідження, частина студентів, що брали участь у нашому опитуванні знають про власну невпевненість у тій чи іншій мірі. Проте з її проявами особисто у себе кожен стикався хоча б декілька разів. Частина наших опитуваних скаржилася на незручність перебування у тіні більш вольової особистості, на появу у такому випадку думок про власну некомпетентність і, як наслідок, на розвиток своєї невпевненості. Дехто із опитаних джерелом власної невпевненості вважає стосунки із батьками, як у дитинстві, так і тепер. Батьківська підтримка чи батьківський осуд, навіть просте неприйняття батьками поведінки чи думок дитини, веде до появи невпевненості у дитині, подолати яку, навіть з часом, буває дуже важко.

Наше дослідження явища невпевненості особистості у собі не є повним та завершеним. Ми плануємо продовжити наші дослідження у напрямку вивчення її джерел та методів і засобів, які можуть допомогти людині підвищити віру у власні сили та зменшити прояви та наслідки невпевненості у собі.

Список літератури:

1. Карпенко З. С. Експресивні методи у вихованні дитини / З. С. Карпенко. – К.: Освіта, 1997. – 180 с.
2. Полищук В. М. Методика исследования детского самосознания / В. М. Полищук // Школьный психолог. – 2002. – № 8. – С.14-16.
3. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А. М. Прихожан. – М.: МСПИ, 2000. – 303 с.