

## ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ПРОБЛЕМЕ УВЕРЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ В СИСТЕМЕ СПО В ПРОЦЕССЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

**Пешков Р. А.**

*ФГБОУ ВО «Иркутский государственный университет», Иркутск, Россия  
E-mail: peshrom@yandex.ru*

Психологическое свойство личности «уверенность» впервые стало исследоваться в зарубежной науке в 40-х гг. XX в. Это связано с тем, что в практической деятельности психологов и психотерапевтов была выявлена связь между неуверенностью личности и возникновением неврозов и некоторых соматических заболеваний.

Впервые уверенность стала изучаться в рамках бихевиорального подхода. Этой проблемой занимались такие ученые, как А. Сальтер, Д. Вольпе, Л. Краппман и др. В целом представители данного подхода подробно описывают поведенческие проявления уверенности, низкое проявление уверенности (неуверенность) в себе, объясняют наличием социальных страхов, недостатком социальных навыков. В рамках когнитивно-бихевиористского подхода исследователи обращают внимание на когнитивный аспект уверенности. По их мнению, уверенность или неуверенность тесно связана с мысленными установками в отношении себя, с самовосприятием, с самооценкой, с помощью которых человек оценивает свои личностные качества, поступки, способности. С точки зрения социально-когнитивного подхода А. Бандуры, неуверенное или уверенное поведение стоит рассматривать как использование человеком стереотипов поведения, которые преобладают в его социальной среде. Все внимание уделяется изучению социального плана уверенности [4].

В отечественной психологии представители системного подхода И. Г. Скотникова, Н. Ю. Будич рассматривают уверенность в себе как системное психическое образование [1; 5]. Наиболее полно, с нашей точки зрения, уверенность рассматривается в многомерно-функциональном подходе А. И. Крупнова и М. А. Селиверстовой. Именно их подход объединяет в себе все аспекты изучения уверенности и позволяет более детально выявить психологическую структуру уверенности, ее индивидуально-типические особенности, внутренние механизмы взаимодействия и взаимообусловленность различных компонентов, что создает основу для дальнейших более глубоких и комплексных исследований уверенности [3].

Обобщая точки зрения различных исследователей, можно сказать, что уверенность – это свойство личности, ядром которого выступает устойчивое позитивное отношение личности к собственным навыкам, умениям и способностям, проявляющимся в общении и предполагающим ее личную вовлеченность. Исследователи относят уверенность к базовым интегральным системным свойствам личности, считают, что она является основой социальной компетентности и обеспечивает эффективность деятельности и общения, успешность адаптации в социальной среде.

Ведущей деятельностью в подростковом возрасте исследователи определяют общение со сверстниками. Подростки активно выстраивают коммуникативные связи, знакомятся с разными людьми, находят новых друзей, вступают в кружки, спортивные секции, различные группы по интересам, готовясь, таким образом, к самостоятельной жизни в обществе [2]. Успех в общении с новыми людьми и коллективами во многом определяет уверенность в себе. У уверенных в себе личностей, в нашем случае подростков, в меньшей степени присутствуют социальные страхи и нерациональные убеждения, негативные самовербализации и самооценка. То есть все то, что мешает подросткам успешно справляться с задачами своего возраста.

Развитие уверенности у подростков будет способствовать их успешной социально-психологической адаптации в обществе. Психологическое консультирование – один из видов психологической помощи, направленной на развитие уверенности в себе у подростков, обучающихся в средних профессиональных учреждениях (СПУ). Безоценочное принятие обучающихся в консультации, положительная оценка умений и способностей подростков в совокупности с упражнениями на развитие коммуникативных навыков, выстраивание адекватной самооценки, принятие себя и окружающих и других личностных качеств, поможет повысить уровень уверенности в себе и сформировать уверенное поведение.

Создание и совершенствование имеющихся методов развития уверенности у подростков в процессе психологического консультирования определяет актуальность дальнейших исследований в этом направлении.

### **Литература**

1. Будич Н. Ю. Исследование уверенности в себе // Социальная работа в Сибири : сб. науч. тр. Кемерово : Кузбассвузиздат, 2009. С. 113–117.
2. Витковская О. И., Ярославцева И. В. Готовность выпускников учреждений среднего профессионального образования к самостоятельной жизни // Психология образования: состояние и перспективы : материалы Третьей конф. психологов образования Сибири. Иркутск : Изд-во ИГУ, 2014. С. 294–297.

3. Крупнов А. И., Селиверстова М. А. Психологическая структура уверенности личности // Индивидуальные различия и проблема индивидуальности : материалы Междунар. науч. -практ. конф. (16–18 окт. 2003 г.). М. : Уникум-Центр, 2003.
4. Ромек В. Г. Понятие уверенности как социально-психологическая характеристика личности : дис. канд. психол. наук. Ростов н/Д, 1997. 175 с.
5. Скотникова И. Г. Проблема уверенности: история и современное состояние // Психол. журн. 2002. № 1. С. 52–60.