



Psychological analysis of the concept of self-confidence

Dilnoza GAYBULLAEVA¹

Institute of Family and Gender

ARTICLE INFO

Article history:

Received January 2024

Received in revised form

15 January 2024

Accepted 25 February 2024

Available online

15 March 2024

Keywords:

self-confidence,
self-confidence,
self-confidence,
interest,
ability,
intellectual sphere,
self-confidence,
self-awareness,
situational confidence,
self-confidence,
success motivation,
self-control,
strong will,
anxiety,
self-acceptance,
ability to establish social
relationships.

ABSTRACT

The article is devoted to the psychological aspects of the concept of self-confidence. It contains the content of the concept of self-confidence, analyses of psychological theories, and views on this matter. In particular, the main indicators and mechanisms of the formation of self-confidence of a person are given.

2181-1415/© 2024 in Science LLC.

DOI: <https://doi.org/10.47689/2181-1415-vol5-iss2/S-pp167-174>

This is an open access article under the Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.ru>)

Ўзига ишонч тушунчасининг психологик таҳлили

АННОТАЦИЯ

Калит сўзлар:

шахс,
ўзига ишонч,
ишонч,
қизиқиш,
қобилият,
интеллектуал соҳа,
ўзини ўзи баҳолаш,
ўзини ўзи англаш,

Мақола ўзига ишонч тушунчасининг психологик жиҳатларига бағишланади. Унда ўзига ишонч тушунчасининг мазмуни, бу борадаги психологик назария ва қарашларнинг таҳлиллари берилган. Айниқса, шахснинг ўзига бўлган ишончининг таркиб топтиришнинг асосий кўрсаткичлари ва механизмлари келтирилган.

¹ Basic Doctoral Student, Scientific Research Institute of Family and Gender.

вазиятга бўлган ишонч,
шахсий сифатлар,
муваффақиятга бўлган
мотивация,
ўзини назорат қилиш,
кучли ирода,
хавотирланиш,
ўзи қабул қилиш
қобилияти,
ижтимоий алоқаларни
ўрнатиш қобилияти.

Психологический анализ понятия уверенности в себе

АННОТАЦИЯ

Ключевые слова:

личность,
уверенность в себе,
уверенность,
интерес,
способности,
интеллектуальная сфера,
самооценка,
самосознание,
ситуационная
уверенность,
личностные качества,
мотивация успеха,
самоконтроль,
сильная воля,
тревожность,
самопринятие,
способность
устанавливать
социальные связи.

Статья посвящена изучению психологических аспектов уверенности в себе, включая анализ соответствующих теорий и взглядов. Особое внимание уделяется ключевым показателям и механизмам, лежащим в основе формирования самоуверенности человека.

“Ўзига ишонч” феномени ўнлаб йиллар давомида турли соҳалардаги олимларнинг эътиборини тортди.

Мазкур концепция тадқиқотчилар учун илмий қизиқиш уйғотади, чунки у ижтимоий йўналтирилган хусусиятга эга.

Бу шахснинг шахсий таркибининг муҳим таркибий қисмларидан бири бўлиб, унинг турли соҳалардаги муваффақиятини белгилайди

Замонавий психологияда “ўзига ишонч” тушунчасини аниқлашга нисбатан хорижий олимларнинг ёндашувларини батафсил кўриб чиқайлик [8].

Хориж олимлар орасида “ишонч” тушунчаси ҳақида кўплаб қарашлар мавжуд.

Турли тадқиқотчилар ушбу концепцияни маълум психологик конструкциялар орқали изоҳлайдилар.

Психологик-педагогик луғатда “ишонч” тушунчаси инсоннинг ҳаётда дуч келадиган вазифаларига ҳам, ўз олдига қўйган вазифаларига ҳам адекват бўлган имкониятларининг тажрибаси деб таърифланади [2].

П.А. Рудик ўзининг илмий ишларида ўзига бўлган ишончни кучли иродали инсоннинг хусусиятлари сифатида ифодалайди.

Бу хусусият қуйидаги сифатларни ўзида мужассам этган: ташаббускорлик, қатъиятлилиқ, мардлик [13].

А.Лазурскийнинг фикрича, “ўзига ишонч” тушунчаси шахснинг талаблар даражаси ва уларни қондиришга эришиш қобилияти сифатида изоҳлайди [11].

Мазкур ёндашувга кўра, А.Т.Пунининг назарияси алоҳида қизиқиш уйғотади.

У ўз асарларида ўзига ишонч вақтинчалик руҳий ҳолатни назарда тутаяди, деб таъкидлайди.

Бу бир неча сония давом этадиган ва бир неча кунгача етиши мумкин бўлган вақтинчалик руҳий ҳолат билан боғлиқ [13].

Шуни таъкидлаш керакки, Э.П. Ильин томонидан олиб борилган илмий ишда ўзига бўлган ишонч ҳолат сифатида белгиланмайди, балки шахснинг ихтиёрий хусусиятига тааллуқли бўлмаган ҳодисадир.

Унинг фикрича, бу ўзига ишонч ва шахснинг интеллектуал соҳаси ўртасидаги боғлиқлик ҳисобланади.

Натижада, у бошқа руҳий ҳолатни (ташвиш) келтириб чиқариши мумкин бўлган фаолиятни тахминий баҳолашини ифодалайди [9].

Юқорида келтирилган тушунчалар И.Л. Зиновьева томонидан умумлаштирилди.

Унинг таъкидлашича, ушбу мавзу доирасида муҳокама қилинган тушунчалар ўзига хос “симптомлар мажмуасини” ифодалайди.

Бундан келиб чиқадики, “ишонч” психологик ҳодиса сифатида субъектнинг ягона семантик тузилиши хулқ-атворининг намоён бўлишидир.

Муаллиф ўзига ишонч турли шаклларда мавжуд бўлиши мумкинлигини таъкидлайди [7].

И.В. Вайнер ўз тадқиқотида ушбу икки кўринишини аниқ ажратиб кўрсатди. Хусусан:

1. Вазиятга бўлган ишончни ифодаловчи ўз ҳукмига бўлган ишонч.

2. Шахсий ишончни ифодаловчи ўзига ишонч.

Мазкур икки турдаги ишонч ўртасидаги муносабатлар, муаллифнинг фикрига кўра, муайян вазиятда муайян фаолиятга бошқача таъсир қилади.

Бундан ташқари, И.В. Вайнер, субъектив ишончнинг шаклланиши субъектив фонга таъсир қилади.

Бу фон шахснинг аллақачон эга бўлган тажрибасини, шунингдек, маълум бир вазият учун унда шаклланган муносабатлар тизимини ифодалайди [3].

Э.П. Шчербаков ўзининг мантикий мулоҳазасига таяниб, ўзига ишончнинг ихтиёрий ҳолатлар билан уйғунлиги субъектнинг ўзига хос хусусияти эканлигини таъкидлади.

Бу хусусиятлар субъектнинг руҳий ҳолатига қараб юзага келади.

Е.Ю. Сосников ва В.И. Селивановлар ўз асарларида ўзига ишонч шахсий хусусият бўлиши мумкин эмаслигини, лекин айти пайтда у иродавий хулқ-атворларнинг белгиларида намоён бўлиши мумкинлигини таъкидлади [9].

Тадқиқотлар олиб боргач, Е.А. Серебрякова шахсий тажриба ташқи баҳолашга нисбатан устун роль ўйнашини аниқлади.

Ушбу шахсий тажриба ўзига нисбатан адекват муносабатни шакллантиришга таъсир қилади.

Бошқа томондан, жуда адекват ташқи баҳолаш ўзини ўзи баҳолаш учун жуда кучли, аммо бир томонлама таъсир қилади.

Бундан ташқари, Е.А.Серебрякова ўзига ишонган одамларни эришган натижаларга қараб эмас, чунки у бу ҳодисалар тасодифан лекин фойдаланилган воситаларнинг табиати асосида содир бўлиши мумкинлигига ишонади.

Шуни таъкидлаш керакки, бу вазиятнинг долзарбми ёки йўқлиги ҳозирда ҳеч қандай маънога эга эмас [14].

Шунингдек, З.В.Кузьмина, ўзига бўлган ишонч ташқи баҳолашга эмас, биринчи навбатда ўзини ўзи баҳолашга асосланганлиги ва танқид қилишдан бош тортишни англатувчи далилларни олди [9].

В.Г.Ромекнинг “ўзига ишонч” тушунчасини кўриб чиқишга қизиқарли ёндашувни илгари суради.

У бу концепцияга қуйидагича таъриф беради: ўзига ишонч – бу ўз ҳаракатлари, қарорлари ва кўникмаларини тўғри ва мақсадга мувофиқ деб қабул қилишдир.

Унинг фикрича, ўзига ишонч ўзини тўлиқ қабул қилишни англатади [12].

Ушбу таърифдан келиб чиқадики, бу концепция инсоннинг муҳим ижтимоий вазиятларда ўзини намоён қиладиган ва улардаги иштирокини кўрсатадиган кўникма, малака ва қобилиятларига ижобий муносабатда бўлиш қобилиятига асосланади.

Шу муносабат билан ўзига бўлган ишонч ўзини ўзи баҳолашнинг муҳим қисмидир. Шундай қилиб, ишонч ўз-ўзини самарадорлиги каби психологик конструкция билан боғлиқ.

Тадқиқотчилар ўзига бўлган ишончнинг шахсий белгиловчилари сифатида қуйидаги шахсий сифатларни аниқладилар:

- муваффақиятга бўлган мотивация;
- ўзини назорат қилиш учун кучли ирода;
- хавотирланиш;
- ўзи қабул қилиш қобилияти;
- ижтимоий алоқаларни ўрнатиш қобилияти.

В.Г.Ромекнинг фикрича, ишонч ва инсоннинг ишончли ҳаракат қилиш қобилияти ўртасида ҳеч қандай боғлиқлик мавжуд эмас.

Шу ўринда инсон ишончли хулқ-атворларнинг муайян кўникмаларига эга бўлиши мумкин, лекин баъзи сабабларга кўра улардан фойдаланмайди.

Олим ишончли хулқ-атвор маданий жиҳатдан детерминистик бўлиб, инсоннинг тегишли ижтимоий муҳитда ўз имкониятларини рўёбга чиқаришини таъминлайди, деган хулосага келди.

Ишончли хулқ-атвор репертуари, бир томондан, ўзига ишонган одам қандай кўникмаларга эга бўлиши кераклиги ҳақидаги жамиятнинг ғоялари, иккинчидан, шахсий хулқ-атвор репертуари билан белгиланади [12].

Ишончли хулқ-атвор кўникмаларининг етарли даражада ривожланмаганлиги ўз мақсадларига эришиш бошқалар томонидан ижобий мустақамлашнинг натижаси бўлиши мумкин.

Натижада, бошқаларнинг ижобий баҳосини ўз кўникма ва малакаларини ижобий баҳолашига, шунинг учун ўзини ўзи баҳолашнинг ичига сингиб кетмайди.

Ўзига ишонч муаммосини ўрганишга ўхшаш ёндашувни А.Ф.Лазурский томонидан илгари сурилган.

Унинг фикрича, ушбу концепциянинг марказий конструкцияси ўз фаолиятига, ўз ҳаётий мақсадларини амалга ошириш учун зарур бўлган ўз малака ва қобилиятларига ижобий баҳо беришдир [10].

Кейинчалик, биз “ўзига ишонч” тушунчасининг мазмунини аниқлашга нисбатан яна бир қанча ёндашувларини кўриб чиқамиз.

В. Рудигер ва Р. Улрич неврозлар ва ўзига ишончсизлик ўртасидаги муносабатлар ўзига бўлган ишонч ғоясини шахснинг жамият билан ўзаро муносабатларида талаб ва таклифларни қўйиш қобилияти сифатида белгиланадиган шахснинг мураккаб характеристикаси сифатида шакллантиришга имкон берган деган назарияни кўриб чиқдилар. Ушбу хусусият 3 компонентни ўз ичига олади:

- ҳиссий;
- ҳулқ-атвор;
- когнитив [3].

Олимларнинг фикрига кўра, ўзига ишонч ўз сўровлари ва ўз муносабатларига эга бўлишга рухсат бериш қатъиятини ўз ичига олади.

Ушбу назария туфайли ижтимоий муҳит ўз-ўзига ишончни шакллантириш учун муҳим эканлигини таъкидлаш мумкин [3].

Илмий адабиётларни таҳлил қилиб, шуни таъкидлаш мумкинки, ўзига бўлган ишончни шахс хусусияти сифатида ривожлантириш учун ҳар қандай вазият билан боғлиқликни ҳисобга олмаслик керак, балки барча вазиятларда шахснинг намоён бўлишига айланади.

Ж. Волпе ўз асарларида ўзига ишонч шахснинг бошқа одамлар билан муносабатларидаги очиқлик кўрсаткичи эканлигини таъкидлади.

А. Либерман ўзига ишончни индивиднинг ўзини намоён қилиш қобилияти, А. Лазарнинг ҳиссий эркинлик одати деб билади [4].

1971 йилда Арнольд Лазарус ўзига бўлган ишончнинг мультимодал хусусиятини таъкидлаб, баъзи бир оралиқ натижаларни жамлади.

Унинг фикрича, ўзига ишонч учта жиҳатни ўз ичига олади, уларнинг ўзаро таъсири умумий ишончни шакллантиради.

Унинг фикрича, ўзига ишонч инсоннинг норозилик ва шикоятлар билдириш ва уларни қондириш учун шароит яратиш қобилиятини ифодалайди.

Ушбу мақсадга эришиш учун шахс ўз даъволарини билиши ва уни атрофидаги одамларга айтиши керак. Бунинг учун шахснинг ўзи қуйидаги малакаларга эга бўлиши керак [10]:

- 1) очиқ гапириш, эҳтиёж ва истакларингизни ифода этиш қобилияти;
- 2) йўқ дейиш қобилияти;
- 3) ижобий ва салбий ҳис-туйғуларингизни ифода этиш қобилияти;
- 4) мазмунли алоқаларни ўрнатиш қобилияти.

А. Рич ва Г. Шредер ўзига бўлган ишончни шахслараро вазиятда мустаҳкамлашни излаш, қўллаб-қувватлаш ёки кучайтириш қобилияти деб таърифладилар.

Агар бундай ифода нафақат қўллаб-қувватлашни йўқотиш, балки жазоланиш хавфи билан боғлиқ бўлса, ушбу мустаҳкамлаш ҳис-туйғуларни ёки истакларни ифода этиш орқали амалга ошиши мумкин [6].

Хориж психологи А. Бандура ишончли хулқ-атворни инсоннинг ижтимоий муҳитда ўзини ўзи намоён қилишни таъминлайдиган маданий жиҳатдан меъёрлаштирилган кўникмалар репертуари сифатида белгилайди [1].

Бихевиористик ёндашувнинг вакили А. Бандура ўз тадқиқотида ишончли хулқ-атвор маҳоратининг шаклланишига таъсир қилувчи баъзи шартларни аниқлади.

Шундай қилиб, у мулоқотнинг етишмаслиги ва ижтимоий алоқаларнинг монотонлиги ўзига ишонч ва “ўрганилган ночорлик” нинг етарли даражада ривожланишига олиб келади, деб ҳисоблайди.

Ишонч одамда фақат ўз ҳаракатларини бошқалар томонидан баҳолашда ижобий фикр-мулоҳазаларни олганда шаклланади.

Бундай баҳолашлар одамнинг ўзини ўзи баҳолашни шакллантиришга ёрдам беради [1].

Машҳур хорижий олим А. Салтер “ўзига ишонч” атамасини физиологик нуқтаи назардан кўриб чиқишга мувофиқ бўлди.

И.П. Павловнинг назариясини батафсил ўрганиб чиққандан сўнг, А. Салтер, тормозланиш жараёнларнинг қўзғатувчилардан устунлиги билан, физиология даражасида инсон хавфсизлигининг йўқлиги аниқланади, деб тахмин қилди.

Натижада, ўз хоҳиш-истакларини, ҳис-туйғуларини ва эмоцияларини ўз-ўзидан ва очиқ намоён қилиш қобилиятига эга бўлмаган “тормозланган” шахс шаклланади.

Шуни таъкидлаш керакки, бу турдаги шахс бошқа одамлар билан алоқа қилишда қийинчиликларга дуч келади [5].

А. Салтер ўзининг “қўзғатувчи-тормозланиш” концепцияси тизими назариясига асос солиб, психологик муаммоларни ҳал қилиш ушбу тушунчалар мувозанатига боғлиқлигини таъкидлади [5].

Тормозланган инсон ўз ҳис-туйғуларини, истакларини ва эҳтиёжларини ўз-ўзидан ифода эта олмайди.

Шундай қилиб, бу унинг ўз имкониятларини намоён қилишни чеклайди ва натижада бошқа одамлар билан мулоқот қилишда жиддий муаммолар пайдо бўлади.

Мулоқотнинг етишмаслиги билан бу шахслар ҳаётнинг бошқа соҳаларида муаммоларга дуч келишади.

Шахснинг ўз ҳис-туйғулари ва истакларини ифода эта олмаслиги самарали алоқаларни кура олмасликка олиб келади. Шу билан бирга инсоннинг мулоқотга бўлган эҳтиёжи қондирилмайди ва ҳам профессионал, ҳам шахсий характердаги маълумотлар алмашинуви жараёни бузилади.

Бошқача қилиб айтадиган бўлсак, инсон коммуникатив соҳадан “тушади”, унинг ўзини ўзи англаш даражаси паст бўлади.

А. Салтер ўз тадқиқотида ўзига ишонган одамнинг сифатларини ажратиб кўрсатади:

1. Нутқнинг эмоционаллиги – нутқда ўз ҳис-туйғуларининг очиқ, ўз-ўзидан ифодаланиши.

А. Салтернинг фикрича, ўзига ишонган одам ўз ҳис-туйғуларини шеригига тушунарли бўлган тарзда самимий ифодалайди. Бундан ташқари, ўзига ишонган одам ўз ҳис-туйғуларини уларнинг пайдо бўлишининг аниқ вақтида, яъни ўз-ўзидан ифодалайди.

У ижобий ёки салбий ҳис-туйғуларини яширишга ёки ўзгартиришга ҳаракат қилмайди.

Бундай одам турли хил ҳис-туйғулар ва эмоцияларни ҳам ўзиники, ҳам мулоқот шеригини фарқлай олади.

2. Хулқ-атвор ва нутқнинг экспрессивлиги ва уйғунлиги, бошқача айтганда, инсон ўз ҳис-туйғуларини новербал мулоқотда маълум бир тарзда намоён қилади.

Новербал мулоқот, маълумки, имо-ишоралар, мимикалар, позициялар ва бошқаларни ўз ичига олади. Мулоқотда ўзига ишонган одам космосда эгаллаган позициясига, қайта ишлаб чиқарадиган имо-ишоралари ва юз ифодаларига тўлиқ мос келади.

3. Қаршилиқ кўрсатиш ва ҳужум қилиш қобилияти – ўзига ишонган одам бошқаларнинг фикрига эргашмасдан, ўз фикрини очиқ ва ҳалол ифода эта олади.

4. Ўзининг “Мен” ни ифодалаш кўпинча ўзига ишонган шахснинг ифодасида учрайди.

Бундай одам ўз нутқида “Мен”, “Менга” олмошларини талаффуз қилишдан қўрқмайди.

Шундай қилиб, у муайян вазиятга ёки бошқа одамларнинг ҳаракатларига ўз муносабатини билдиради.

5. Ўзига ишонган одамлар мақтов ва ижобий баҳоларни етарли даражада қабул қиладилар, улар ўзларининг қобилиятлари ва имкониятларини баҳоламаслик учун камроқ мойилликка эга.

6. Ўзига ишонган одамлар ўз эҳтиёжлари ва ҳис-туйғуларини ўз-ўзидан ифода этишга мойил бўлиб, импровизация қилишга қодир [5].

Ўзига ишонч тузилишида учта асосий компонент мавжуд:

1. Умумий ўзига бўлган ишонч-бу ўз ҳаракатларининг тўғрилигига, ҳаракатларига ва ҳукмларининг етарлилигига ишонч.

2. Ижтимоий мардлик жамиятда ўз манфаатларини очиқ ҳимоя қилиш, ўз позициясини тўғри ифодалаш, ўз қадриятлари ва қарашлари тизимига эътибор қаратиш қобилиятини ифодалайди.

Шу билан бирга, тажовузнинг намоён бўлишига мурожаат қилмасдан иложи йўқ.

Шу билан бирга, тажовузкорликка мурожаат қилмасдан.

1. Ижтимоий алоқалардаги ташаббус вербал ва новербал алоқа воситаларидан фойдаланган ҳолда бошқалар билан мулоқот қилиш истагини англатади.

“Ўзига ишонч”ни ўрганиш муаммоси “Мен” каби психологик конструкцияни – концепцияни ўрганиш билан чамбарчас боғлиқ.

Ушбу ҳодисанинг ишонч билан боғлиқ учта жиҳати мавжуд.

1. Ўзини ўзи мослаштириш – бу мотивлар ва мақсадларнинг субъектнинг ҳақиқий қобилиятига мос келиши.

Бу йўналиш, шунингдек, “Мен” – ҳақиқий ва “Мен” – идеалнинг мос келиши билан боғлиқ

“Мен” нинг ички изчиллиги – тушунчалар, ўз “Мен” нинг бирлиги ҳисси.

Ўз имкониятларини адекват баҳолаш.

Бундан келиб чиқадики, “Мен” – инсон тушунчаси бир хил бўлса, унда низолар ва қадриятлар қарама-қаршиликлари, шу жумладан жамиятда тан олинган қадриятлар тизими билан зиддиятлар бўлмаса, инсон “ўзига ишонч” каби психологик тузилмани тўлиқ ривожлантириши мумкин.

Шундай қилиб, ҳозирги вақтда олимлар орасида “ўзига ишонч” тушунчасининг таърифи тўғрисида ягона қараш мавжуд эмас.

Кўпчилик ишончни шахсий хусусият деб билади, бу ҳам инсоннинг индивидуал хусусиятларига, ҳам муҳим муҳитнинг таъсирига боғлиқ.

Ўзига ишонч тушунчаси маълум бир тузилишга эга ва шахсий ва ижтимоий омиллар билан белгиланади.

Бу ҳодиса қўшимча тадқиқотларни талаб қилади, чунки ўзига бўлган ишонч инсоннинг асосий хусусиятларидан бири бўлиб, унга жамиятда органик равишда мавжуд бўлишига имкон беради. Шунингдек, ўзини муваффақиятли амалга оширишнинг муҳим омилдир.

ФЙДАЛАНИЛГАН АДАБИЁТЛАР РЎЙХАТИ:

1. Бандура, А. Теория социального научения / перевод с англ. Под ред. Н. Н. Чубарь. – Москва: Директ – Медиа, 2008. – 320 с.
2. Большой психологический словарь / Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. – Москва: АСТ, 2015. – 811 с.
3. Вайнер, И. В. Субъективная уверенность как фактор решения психофизической задачи / И. В. Вайнер. – Саратов: Сарат. ун-та, 2017. – 257 с.
4. Валеева, Р. А. Аддиктивное поведение подростков: причины, профилактика / Р. А. Валеева, В. В. Соболева // Актуальные проблемы педагогики и психологии. – Казань, 2015. – 307 с.
5. Гоголева, А. В. Аддиктивное поведение и его профилактика / А. В. Гоголев. – Москва: Сфера, 2013. – 153 с.
6. Даулинг, С. Г. Психология и лечение зависимого поведения / С. Г. Даулинг. – Москва: Класс, 2014. – 240 с. 48
7. Зиновьева, И. Л. Влияние уверенности на организацию мыслительной деятельности: дисс. ... канд. психол. наук: 12.03.10 / Зиновьева Ирина Леонидовна. – Москва, 1989. – 112 с.
8. Змановская, Е. В. Девиантология: психология отклоняющегося поведения: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Е. В. Змановская. – Москва: Академия, 2013. – 152 с.
9. Ильин, Е. П. Психология воли / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург: Питер, 2015. – 368 с.
10. Лазарус, А. Краткосрочная мультимодальная терапия / А. Лазарус. – Санкт-Петербург: Речь, 2001. – 255 с.
11. Лазурский, А. Ф. Программа исследования личности / А. Ф. Лазурский. – Москва: Книга по Требованию, 2012. – 284 с.
12. Ромек, В. Г. Понятие уверенности в себе в современной социальной психологии // Психологический вестн. Вып. 1. Ч. 2. – Ростов на Дону: Изд-во РГУ, 2006. – 132 с.
13. Рудик, П. А. Психология. Краткий курс / П. А. Рудик. – Москва: Академия, 2013. – 285 с.
14. Соловьева, О. В. Феномен уверенности: понятие, подходы, составляющие / О. В. Соловьева, А. А. Папура // Сибирский психологический журнал. – 2010. – №5. – С. 63–65.