

МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ

Навчально-науковий інститут управління, психології та безпеки

Кафедра загальної та соціальної психології

Психологічні особливості самооцінки студентської молоді

кваліфікаційна робота

здобувача вищої освіти

освітнього ступеня «бакалавр»

спеціальність 053 «Психологія»

ОПП «Психологія»

Софії ПОЛЩУК

Науковий керівник

доктор педагогічних наук, професор

Галина ЛЯЛЮК

Рецензент

доктор психологічних наук, доцент

Євген КАРПЕНКО

Кваліфікаційна робота допущена до захисту

« » _____ 2025 р., протокол №

завідувач кафедри загальної та соціальної психології

_____ **Зоряна КОВАЛЬЧУК**

Львів 2025

Софія Поліщук. Кваліфікаційна робота. Психологічні особливості самооцінки студентської молоді.

У кваліфікаційній роботі висвітлено проблему психологічних особливостей самооцінки сучасної студентської молоді. Проаналізовано наукові психологічні дослідження проблеми самооцінки особистості, розглянуто психологічні фактори формування самооцінки студентської молоді. Представлено результати емпіричного дослідження психологічних особливостей самооцінки студентської молоді. Встановлено, що студенти загалом мають високу й середню адекватну самооцінку, позитивне загальне задоволення навчанням. Водночас спостерігається тенденція до зміни високої-неадекватної самооцінки на середню-адекватну чи низьку, що може свідчити про правильність самовизначення студентів, адекватне оцінювання власних професійних можливостей, сприяння їх професійному самовдосконаленню в майбутньому.

Ключові слова: самооцінка, самосвідомість, задоволеність навчальною діяльністю, студентська молодь, Я-концепція, впевненість у собі.

Sofia Polishchuk. Qualification work. Psychological features of self-esteem of students.

The qualification work highlights the problem of psychological features of self-esteem of modern students. Scientific psychological research on the problem of personal self-esteem is analyzed, psychological factors of formation of self-esteem of students are considered. The results of an empirical study of the psychological features of self-esteem of students are presented. It was established that students in general have high and average adequate self-esteem, positive general satisfaction with learning. At the same time, there is a tendency to change high-inadequate self-esteem to average-adequate or low, which may indicate the correctness of students' self-determination, adequate assessment of their own professional opportunities, and promotion of their professional self-improvement in the future.

Keywords: self-esteem, self-awareness, satisfaction with educational activities, students, self-concept, self-confidence.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ САМООЦІНКИ СТУДЕНТСЬКО МОЛОДІ	
1.1. Аналіз наукових досліджень проблеми самооцінки особистості	7
1.2. Самооцінка як складова самосвідомості особистості.....	10
1.3. Психологічні фактори формування самооцінки сучасної студентської молоді.....	19
Висновки до першого розділу.....	23
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ САМООЦІНКИ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	
2.1. Опис методів дослідження.....	26
2.2. Аналіз результатів дослідження.....	28
Висновки до другого розділу.....	41
ВИСНОВКИ.....	43
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	27

ВСТУП

Під час війни в Україні, у сучасних суспільних умовах, зростає вплив стресових ситуацій, викликаних подіями та новинами, на емоційний стан і розвиток самооцінки особистості та студентської молоді, зокрема.

Студентство є специфічною соціальною групою, що вирізняється особливими умовами життя, побуту, праці, соціальною поведінкою, системою ціннісних орієнтацій. Воно розглядається як соціальна група в контексті закладу вищої освіти, яка має свої цілі, специфічні риси та готується до виконання соціальних ролей і функцій інтелігенції.

Самооцінка є традиційним поняттям, формування, динамічні особливості та причини змін якого активно обговорюються в науковій спільноті, але залишаються предметом дискусій. Процес становлення самооцінки до кінця не з'ясований, ймовірно тому, що психологи здебільшого фіксують готові оцінки в мисленні, діяльності та структурі особистісних характеристик, а не досліджують їхні гносеологічні джерела.

Формування всебічно-розвиненої особистості є одним із ключових завдань підвищення свідомості, активності та творчої енергії молоді. Особливо важливим це питання стає у процесі виховання. Ефективне вирішення практичних завдань можливе лише за умов надійної теоретичної бази.

Теоретичні та експериментальні дослідження самооцінки студентів дозволяють окреслити шляхи розвитку свідомості, підвищення активності у навчанні, праці та соціальному житті. Самооцінка виконує функцію інтегратора поведінки та діяльності особистості, впливаючи на її розвиток та реалізацію потенціалу.

У процесі навчання у ЗВО посилюються механізми свідомого самоконтролю. Самооцінка виступає центральним елементом системи саморегуляції, тому соціально-психологічні виховні заходи мають базуватися на розвитку й корекції самооцінки.

Дослідження самооцінки як ключового компонента структури особистості, формування "Я-образу" та встановлення міжособистісних відносин, її зв'язків із спрямованістю, цінностями та цілепокладанням представлені в класичних роботах провідних психологів Р. Бернса, Дж. Брунера, У. Джеймса, К. Роджерса та ін.

Разом із тим, різноманіття підходів до вивчення самооцінки призводить до появи нових теоретичних концепцій і неоднозначності результатів. Належним чином не досліджені аспекти самоставлення у період професійного становлення, зокрема під час освоєння нових ролей студента та майбутнього фахівця. У цей час поряд із загальним "Я-образом" формується "професійний Я-образ", що впливає на розвиток професійної ідентичності та її прийняття, а також на самооцінку. Однак, процеси, що визначають ці зміни, а також фактори, які впливають на ставлення студента до самого себе, потребують додаткового дослідження.

Об'єкт дослідження: самооцінка як складова самосвідомості особистості.

Предмет дослідження – психологічні особливості самооцінки студентської молоді.

Мета дослідження – теоретико-емпіричне вивчення психологічних особливостей самооцінки студентської молоді.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати наукові розвідки проблеми самооцінки особистості
2. Розглянути психологічні фактори формування самооцінки студентської молоді.
3. Емпірично дослідити психологічні особливості самооцінки студентської молоді.

Теоретико-методологічна основа дослідження спирається на роботи вітчизняних і зарубіжних учених, таких як Р. Бернс, Дж. Брунер, Н. Видолоб, О. Горіна, У. Джеймс, С. Максименко, К. Роджерс, Р. Стейнс, С. Хартер, Р. Уайлі та інших.

Методи дослідження. аналіз, синтез та узагальнення; тестування, зокрема методики: С. Будассі «Метод дослідження самооцінки особистості» «Експрес-діагностика рівня самооцінки особистості»; методика В. Соніна «Хто я є в цьому світі», а також тест-опитувальник задоволеності навчальною діяльністю (УУД) Л. Міщенко. Обробка емпіричних даних проводилась з допомогою програми «SPSS 22.0».

База дослідження. Емпіричне дослідження проводилося в університеті «Львівська політехніка», і загалом у ньому взяли участь 109 осіб — студенти спеціальностей: «Психологія», «Право».

Теоретична значущість: поглиблено наукові уявлення про змістове наповнення самооцінки студентської молоді, на основі порівняльного підходу до вивчення особливостей. Отримано нові психологічні статистичні дані щодо динаміки самооцінки студентів ЗВО.

Практична значущість дослідження: Отримані результати дослідження можуть стати підґрунтям для визначення оптимальних методів й форм свідомого впливу на самооцінку студентської молоді. Висновки роботи можуть бути корисними для розробки й впровадження програм підвищення самооцінки серед студентської молоді, проведення тренінгів у ЗВО з метою корекції самооцінки, позитивного ставлення студентів до обраної професії й створення позитивного професійного «образу Я».

Структура роботи складається зі вступу, трьох основних розділів, загальних висновків та списку використаних джерел, а також низки додатків.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ САМООЦІНКИ СТУДЕНТСЬКО МОЛОДІ

1.1. Аналіз наукових досліджень проблеми самооцінки особистості

Самооцінка є одним з важливих понять в психології особистості, яке широко застосовується в дослідженнях. Це традиційно вживаний конструкт, питання формування, динамічних особливостей та причин деформації якого активно обговорюються у наукових колах, хоча досі викликають суперечки.

У психолого-педагогічних дослідженнях існує кілька трактувань терміну «самооцінка». Це поняття охоплює різноманітні аспекти, які включають: внутрішнє відчуття власної значущості; вимогливість до себе; вираження власних можливостей; оцінка власних дій та вчинків; регулятори поведінки; ставлення до успіхів й невдач; складову частину самосвідомості особистості [9].

Загалом більшість дослідників наголошують, що самооцінка має визначний вплив на формування особистості, а також є ключовим фактором у розвитку її здібностей, потенціалу й соціальної значущості [34].

Самооцінка відіграє особливо-важливу роль у професійній діяльності людини й забезпечує оволодіння інноваційними методами та технологіями, які сприяють ефективному розвитку особистості, здатної до самовдосконалення, самореалізації й саморозвитку.

Перше використання поняття самооцінки в контексті вивчення особистості належить Вільяму Джеймсу, який описав її як «образ самого себе» [32]. Згідно його теорії структура особистості складається із трьох компонентів: першого — з її елементів, другого — відчуттів і емоцій щодо цих елементів (власне самооцінка), й третього — вчинків, що є частинами особистості [32].

Процес виникнення самооцінок не є повністю зрозумілим, ймовірно, через те, що психологи більше фіксують вже сформовані оцінки в мисленні, діяльності й структурі особистісних рис індивіда, а не досліджують власне їх гносеологічні основи.

Однак цей конструкт залишається дуже популярним та затребуваним у різноманітних сферах життя. Це зумовлено передусім загальноприйнятими уявленнями, що самооцінка значно впливає на розвиток соціальних, особистісних, когнітивних аспектів діяльності людини та є ключовим фактором професійного й життєвого успіху.

Але традиційні погляди на феномен самооцінки як виключно позитивний та соціально-корисний для особистості, що часто зустрічаються в посібниках, стають уразливими на тлі зростаючого прагнення людей до нереалістичного оптимізму щодо своїх досягнень і очікувань. Виявилось, що спеціально розроблені програми для підвищення самооцінки серед молоді, спрямовані на зниження рівня злочинності, наркоманії і забруднення довкілля, не досягли загалом поставлених цілей. Штучне підвищення рівня самооцінки не тільки не покращило результати, а у багатьох випадках й заважало їх досягненню. Ідея про користь високого рівня самооцінки, як фактора покращення благополуччя через покращення думки про себе відтак була спростованою [18, 22, 36].

Західні дослідження самооцінки відзначаються занепокоєнням з приводу недостатньої чіткості цього поняття, що ускладнює його вимірювання. Причинами складнощів у цій сфері є «недостатня суворість правил експериментів й досить низька результативність інструментів дослідження самооцінки» [35].

Відома й популярна формула самооцінки, яка ґрунтується на співвідношенні «домагань» й «успіху», мала б стимулювати дослідників до активного пошуку й порівняння самооцінок й реальних досягнень. Проте, в численних публікаціях за понад столітній період рідко можна знайти роботи, де самооцінки результатів когнітивної діяльності порівнюються з реальними досягненнями в цій галузі [25].

Дослідження феномена самооцінки залишаються особливо-актуальними в сучасних умовах. При цьому одним із найбільш важливих напрямів у цій сфері є когнітивна самооцінка.

Когнітивну самооцінку дослідники визначають як самостійно оцінювану людиною ступінь успішності пізнавального процесу, що вимірюється через шкалу й характеризує рівень її компетентності у певній галузі пізнавальної діяльності. Когнітивна самооцінка є тісно пов'язаною із об'єктивними показниками, що можуть бути виміряні. Це і є основною відмінністю когнітивної самооцінки від традиційної [19, 23].

Про якісний зміст когнітивної самооцінки можемо говорити у контексті її адекватності щодо її об'єктивних показників. Сенси когнітивних самооцінок відображено у порівнянні із об'єктивними результатами інтелектуальної діяльності й аналізі у цьому контексті. В іншому випадку вони не матимуть змісту [24].

Когнітивну самооцінку розглядають у різноманітних аспектах: як міру оцінки ступеня розуміння під час читання; як порівняльну характеристику, на основі якої можна диференціювати сукупністю релевантних даних; як частину самооцінного мислення. Кожен із цих аспектів є важливим і представляє наукову цінність для проведення порівняльних досліджень.

У нашому дослідженні ми розглядаємо результати інтелектуальної діяльності й самооцінку її якості у цілісному контексті, застосовуючи метод порівняння показників. На нашу думку успішність інтелектуальної роботи й процеси самооцінювання якості її виконання є взаємодоповнювальними, тому їхні інтелектуальні й особистісні аспекти варто розглядати разом.

Роль самооцінки у стимулюванні інтелектуальної активності в конкретній діяльності досліджували такі науковці, як Н. Мусіак, Є. Савонько, В. Шмаргун та інші. В їхніх роботах самооцінна активність розглядається як своєрідний стартовий механізм, що спонукає людину мислити, планувати та нести відповідальність за свої дії. Успішність та змістовність інтелектуальної

діяльності, на думку авторів, залежить від рівня адекватності самооцінки [3, 4, 9, 21, 32].

Проблему психологічних особливостей самооцінки як показника інтелектуальної здатності, компонента рефлексивного й творчого мислення розглядали у своїх працях такі вчені, як С. Бондаренко, С. Магун, А. Осницький, І. Симоненко, Н. Шафажинська та інші. У їхніх дослідженнях самооцінка трактується як ключовий механізм розвитку мислення, який значно впливає на ефективність адаптації особистості в нових умовах [5, 26].

Теоретичний аналіз виявив спільні проблеми, які виникають у дослідженнях, зокрема: як саме об'єктивно оцінити рівень адекватності самооцінки людини її реальним досягненням та чи можна навчити людину об'єктивно оцінювати власну інтелектуальну діяльність.

1.2. Самооцінка як складова самосвідомості особистості

Самооцінка є ключовим поняттям у психології, психології розвитку. Її значення у психологічному функціонуванні досліджується вже понад століття. Цей конструкт викликав настільки масштабний та різноманітний інтерес дослідників, що підсумувати всі отримані результати неможливо.

Протягом короткої історії психології лише кілька конструктів особистості отримували таку ж велику увагу, як самооцінка. За словами Г. Гейне та Й. Лемана, у 2004 році було зафіксовано понад 18 000 наукових робіт, присвячених цьому питанню, що в середньому складає більше однієї публікації на день протягом 35 років. Інтерес до досліджень самооцінки зростав експоненційно, що свідчить про їхню значущість у психології [36].

Самооцінка також є предметом теоретичних і емпіричних досліджень, які іноді переоцінюють її вплив. Часто низьку самооцінку вважають причиною багатьох проблем, а високу – джерелом усіх досягнень. У 2002 році С. Г'юїтт зазначив, що традиційний підхід до самооцінки створив настільки великий обсяг наукових матеріалів, що їх неможливо повністю узагальнити [17].

Любов до себе вважається важливою складовою людського життя. Людині рекомендується цінувати та любити себе не менше, ніж інших. Це знаходить відображення в золотому правилі, поширеному в багатьох релігіях: «Люби ближнього, як самого себе». Універсальність цієї ідеї в різних культурах і релігіях є вражаючим свідченням її значення.

Самооцінка відображає загальне позитивне ставлення людини до себе. Він зазначав, що висока самооцінка характеризується повагою до себе та усвідомленням власної гідності. У свою чергу, Седікідес і Гресс (2003) визначали самооцінку як сприйняття або суб'єктивну оцінку людиною своєї цінності, що включає почуття самоповаги, впевненості у собі, а також позитивні чи негативні уявлення про себе. Самооцінка тісно пов'язана з переконаннями особистості щодо своїх навичок, здібностей і соціальних взаємин [12, 20, 27,].

Самооцінку також описують як глобальний індикатор оцінки себе, що охоплює когнітивні оцінки загального ставлення до себе та емоційні переживання, які супроводжують ці оцінки. Самооцінка включає оцінку себе, яка супроводжується відповідною емоційною реакцією. Усі сучасні визначення та теорії самооцінки містять як оціночні, так і афективні елементи [30, 38].

У. Бруно, Дж. Ньюку та А. Кук виділяють три аспекти використання поняття «самооцінка»:

- а) глобальна самооцінка або самооцінка як риса характеру, що стосується загального ставлення до себе;
- б) самооцінка, яка охоплює оцінювання власних здібностей і якостей;
- в) почуття самооцінки, яке описує тимчасові емоційні стани, наприклад, підвищення самооцінки після значного досягнення або її зниження внаслідок розлучення [18].

Найпростіше визначення самооцінки можна знайти у словнику Вебстера, де її описують як «задоволеність собою». В іншому виданні цього ж словника зазначається, що самооцінка – це «позитивна думка людини про власну гідність чи цінність».

М. Хершбергер і М. Джонс (2018) запропонували змінити уявлення про самооцінку, розглядаючи її не як універсальну психологічну рису чи мотиваційну силу, а як соціально сконструйовану емоцію, що базується на настрої. Такий підхід ґрунтується на визначенні Сміта-Ловіна (1995), який описав самооцінку як рефлексивну емоцію, що формується у процесі соціальної взаємодії. Ця емоція виникає у передбачуваних соціальних обставинах, з якими люди навчаються працювати й говорити про неї, і яка підлягає соціальному регулюванню [30].

Самооцінка може охоплювати загальне уявлення про себе чи стосуватися окремих аспектів особистості, таких як ставлення до власного соціального статусу, расової та етнічної приналежності, фізичних характеристик, спортивних здібностей, успішності в навчанні чи на роботі.

Дослідники виділяють різні типи самооцінки, наприклад, умовну та безумовну, явну й приховану, справжню та фальшиву, стабільну й нестабільну, глобальну й доменну. Щодо її структури, деякі науковці вважають самооцінку єдиною глобальною рисою, тоді як інші розглядають її як багатовимірну характеристику з незалежними субкомпонентами (наприклад, продуктивність, соціальна чи фізична самооцінка) [13].

Поняття «Я-концепція» визначається як сукупність переконань і знань людини про власні якості. Її вважають когнітивною схемою, що організовує як абстрактні, так і конкретні уявлення про себе, а також регулює обробку самовідповідної інформації. Аналогічними поняттями до «Я-концепції» є «Я-образ» і самосприйняття. Самооцінка, своєю чергою, є емоційно-оціночним виміром «Я-концепції» й відповідає таким поняттям, як самоповага, самооцінка та відчуття власної гідності. Вона відображає загальну оцінку людиною власної позитивної або негативної цінності, ґрунтуючись на сприйнятті себе в різних життєвих ролях та сферах [13].

Позитивна самооцінка є не лише основою психічного здоров'я, вона є й захисним чинником, що сприяє кращому фізичному здоров'ю й позитивній соціальній поведінці. Також вона допомагає долати негативний вплив стресів,

підвищуючи успішність, задоволеність життям і здатність справлятися із серйозними захворюваннями, такими як рак або серцево-судинні хвороби. Навпаки, нестабільна чи низька самооцінка може бути важливим фактором розвитку психічних розладів і соціальних проблем, зокрема тривожності, депресії, нервової анорексії, вживання психоактивних речовин, насильства, ризикованої поведінки. Означені стани викликають не лише значні особисті страждання, але й створюють серйозний тягар для суспільства [3,15, 18].

Підсумовуючи, самооцінка є важливим чинником, який впливає на фізичне й психічне здоров'я, і, відповідно, має відігравати ключову роль у зміцненні здоров'я, особливо психічного [11, 13, 15, 18].

Емпіричні дослідження останніх 15 років свідчать, що самооцінка є важливим психологічним фактором, який суттєво впливає на здоров'я та якість життя. Сучасні дослідження демонструють, що суб'єктивне благополуччя значно корелює з високою самооцінкою, яка має істотний вплив на психічне здоров'я та рівень щастя. Виявлено, що самооцінка є найбільш вагомим і надійним показником щастя. Зокрема, низька самооцінка сприяє дезадаптації, тоді як позитивна самооцінка, внутрішні стандарти та активні прагнення покращують загальне благополуччя. За словами С. Дж. Тюдора, «Я-концепція», ідентичність та самооцінка є ключовими елементами психічного здоров'я [34].

С. Багчи виділяв два компоненти самооцінки:

а) здатність довіряти собі, вірити у свої можливості мислити, приймати рішення, долати труднощі та здійснювати зміни;

б) повага до себе, що включає впевненість у праві на щастя, а також гідність, яка сприяє самореалізації та отриманню поваги й любові [35].

Є. Рузек розглядав самооцінку як поєднання двох аспектів: компетентності та цінності, визначаючи її як «досвід здатності долати життєві виклики та бути гідним щастя» [37].

У психології особистості Кеттелл (1966) уперше розмежував риси та стани, що пізніше розвинули Спілбергер і його колеги (1983) [35]. На основі цього були виділені два типи самооцінки: диспозиційна, яка є стабільною та

частиною особистості, і ситуативна, більш лабільна, що змінюється під впливом подій та емоцій.

Гілович, Келтнер, Дечі та Раян розрізняли умовну та справжню самооцінку. Умовна залежить від досягнення певних стандартів або очікувань і часто пов'язана з соціальним порівнянням та нарцисизмом. Натомість справжня самооцінка є стабільною, інтегрованою частиною особистості, яка відображає свободу волі, проактивність та життєздатність [39].

Щодо оцінки самооцінки, виділяють явну самооцінку (за допомогою анкет) та неявну, яка проявляється через неусвідомлені або інтроспективно недоідентифіковані самоставлення.

Формування самооцінки є тривалим процесом, пов'язаним із розвитком «Я-образу» та самосвідомості. Її рівень може змінюватися в перехідні періоди, як-от підлітковий вік чи вихід на пенсію, коли змінюються завдання та обов'язки. У підлітковому віці самооцінка, як правило, знижується, але згодом, у молодому віці, знову зростає [21].

Афективна модель розвитку самооцінки передбачає, що вона формується на ранніх етапах життя під впливом стосунків та темпераменту. Надалі сформована самооцінка дозволяє підтримувати й захищати, відновлювати почуття гідності.

Ціла низка досліджень акцентують на важливості сімейного оточення у формуванні й розвитку особистості, особливо на ранніх етапах дитинства. Результати досліджень указують, що участь батьків й їхня готовність надавати підліткам свободу й автономію позитивно впливають на рівень самооцінки [9, 24, 29, 31].

Підлітковий вік є критичним у розвитку самооцінки. Цей процес можна стимулювати як родичами, батьками, так й учителями. Самооцінка підлітка може проявлятися у його ставленні й особливостях поведінки як вдома, так і у освітніх закладах. Підлітки із високим рівнем самооцінки переважно мають такі якості як: позитивний вплив на інших, впевненість у подоланні нових ситуацій, вони мають розвинену толерантність до фрустрації, беруть на себе

відповідальність й здатні досить правильно оцінювати ситуацію; висловлюють позитивне ставлення до себе, переважно мають гарний самоконтроль й вірять, що їх успіх залежить від їх власних дій. Відтак, підлітковий вік є досить важливим етапом для розвитку самооцінки й самоідентичності, а низький її рівень може негативно впливати на емоційну саморегуляцію. Із іншого боку, високий рівень самооцінки сприяє стійкості й позитивній адаптації [29, 31].

Самооцінка є рисою особистості, яка тісно пов'язана із поняттями «Я-образ» й «Самосвідомість». Риси особистості, включаючи й самооцінку, розглядають вчені як певний континуум із різними ступенями й рівнями. Самосхвалення є основним бажанням особистості. Висока-адекватна самооцінка є одним із важливих чинників досягнення щастя. Дослідження показують, що самооцінка є значимим фактором емоційного благополуччя [19, 31].

Зокрема, В. Джеймс підкреслював, що самооцінка є одним із ключових аспектів психічного здоров'я. Особи із високим рівнем самооцінки переважно відчують більшою мірою щастя, оптимізм й є мотивованими, а також менш схильні до депресії, тривоги й негативних емоцій [34].

Дослідження доводять, що високий рівень-самооцінки позитивно впливає на любов до життя й психічне здоров'я, задоволення від життя, щастя й надію. Такі люди є більше схильними до подолання труднощів й більш стійкі до життєвих криз [16].

Високий рівень самооцінки допомагає насолоджуватися щасливими моментами, ефективно справлятися із труднощами, долати виклики, встановлювати близькі стосунки та розвивати сильні сторони. Також доведено, що висока самооцінка сприяє зниженню проявів дисфункціональних схем й симптомів депресії у процесі переживання негативних життєвих труднощів [3, 14, 19, 22].

Дослідження також показують, що люди із високою самооцінкою є більш стійкими до невдач й краще справляються із саморегулюванням поведінки. Самооцінка є важливою для саморегуляції і якості життя, а також займає чинне

місце у позитивній психології, даючи енергію для активності й напрямку поведінки.

Самооцінка зростає, коли індивід досягає успіху, отримує похвалу чи відчуває любов оточуючих, що робить його залежним не лише від власного сприйняття себе, а й від думок інших про нього. Самооцінка є основою для досягнення успіху у житті, і її становлення є важливим для особистої та соціальної адаптації [9, 16, 48].

Людина із низькою самооцінкою має нейтральну та невизначену самооцінку, яка сильно залежить від зовнішніх факторів, а її соціальна поведінка відображає обережний і захисний підхід до життя. Низький рівень самооцінки може проявлятися в непевності у собі, недостатній самопізнаності, обережності та хронічному внутрішньому конфлікті. Така особа не має чіткого уявлення про свою ідентичність, що робить її вразливою до змін і подій навколишнього світу [4, 9, 16, 29].

Знижена самооцінка почасти пов'язана з супутніми психічними розладами. Низька самооцінка є одним із факторів ризику для деяких психічних захворювань й суїцидальних тенденцій. Наприклад, результати дослідження Сільверстоуна та Салсалі показують, що усі психіатричні пацієнти мають певний рівень зниженої самооцінки, зокрема пацієнти із депресією, розладами харчової поведінки й зловживанням психоактивними речовинами мають переважно найнижчі показники самооцінки. Вони дійшли висновку, що існує тісний зв'язок між низькою самооцінкою й розвитком психічних розладів [1, 4, 16, 29].

Низька самооцінка асоціюється із проблемами в поведінці, низькою успішністю в навчанні, а також з серйозними психологічними труднощами, такими як депресія, соціальна тривожність й самотність [3, 12, 25, 31]. Дослідження Есмаїла та його колег (192 пацієнти з хронічною втомою) показали, що самооцінка опосередковує зв'язок між дезадаптивним перфекціонізмом і депресією. Ці результати мають значення для лікування та профілактики депресії. Лонгітюдні дослідження також підтверджують, що

низька самооцінка є прогностичним фактором розвитку депресії в майбутньому [21, 24].

У теоретичній моделі Бека (1967) самооцінка вченим розглядається як фактор, що сприяє вразливості до розвитку депресії [31]. Аналогічно, в моделі депресії Брауна й Гарріса (1978) роль самооцінки також є важливою [34].

Дослідження підтвердили, що посилення негативних уявлень про себе є однією із основних ознак депресії. Було встановлено, що люди із депресією схильні до негативного мислення і демонструють знижену самооцінку порівняно з контрольними групами без депресії. Декілька досліджень також вказують на комбінований вплив низької самооцінки і сімейних умов на розвиток депресії у підлітків, виявлено статистично-значущий зв'язок між низькою самооцінкою й клінічно вираженою депресією. Із іншого боку, позитивне уявлення про себе, тобто висока самооцінка, може діяти як буфер, зменшуючи зв'язок між негативними подіями і симптомами депресії [21, 24].

Однак існує й інша сторона самооцінки. Дослідники, такі як О. Х'ємдал, Л. Кеннер, Т. Рюм, зазначають, що люди із високою самооцінкою можуть бути зарозумілими або навіть самозакоханими. Вони очікують позитивної оцінки від оточуючих, і якщо отримують негативний зворотний зв'язок, їх его може постраждати, що змушує їх витратити ресурси для подолання цих оцінок [36, 39].

Орт У. і Лучано Е.С. підкреслюють, що прагнення до високого рівня самооцінки може бути проблематичним й навіть контр-продуктивним, включаючи поведінку, при якій людина підвищує свою самооцінку за рахунок приниження інших [37].

Високий рівень самооцінки іноді може бути результатом нарцисизму — надмірно завищеної думки про себе, поєднаної з почуттям винятковості [38, 39]. Хоча нарцисизм і нормальна самооцінка мають деяку схожість, вони по-різному проявляються. Нарцисизм передбачає загалом агресію, тоді як нормальний рівень самооцінки цього не включає. Деякі дослідники вважають нарцисизм крайньою формою самооцінки, де завищена самооцінка призводить

до пошуку безумовного прийняття. Нарциси уявляють себе центром Всесвіту, вважають, що лише їхнє існування має значення, а інші є лише засобами для підтримки їхньої величі й цінності; постійно говорять про свою велич і значущість, свої досягнення та проекти, які покращують життя інших. Основною рисою нарцисичного-розладу особистості є прагнення до захоплення, переконаність у своїй винятковості та віра у власну перевагу [39].

Рассел і Джеррард досліджували когнітивні особливості людей із високою самооцінкою, які схильні до ризикованої для здоров'я поведінки, такої як вживання алкоголю, куріння або незахищені статеві контакти. Вчені встановили, що такі люди часто використовують різні когнітивні стратегії, зокрема захисне самовиправдання та реактивність. Незважаючи на усвідомлення своєї вразливості до негативних наслідків, вони схильні недооцінювати ризики для себе та переоцінювати поширеність такої поведінки серед однолітків. Ці стратегії допомагають зменшити розбіжності між їхньою поведінкою і позитивним уявленням про себе [36].

Т. Браун досліджував значення самооцінки та її бажаність у різних культурах. Згідно з його висновками, американські студенти сприймають високу самооцінку як дуже важливу та бажану якість, тоді як японські студенти вважають її бажаною, але не обов'язковою. Так само студенти з країн, які не належать до західної культури, зазвичай мають вищу академічну самооцінку, але нижчу неакадемічну порівняно із західними однолітками [29].

Дослідження зв'язку між самооцінкою, соціально-економічним статусом і умовами проживання показали, що серед американських дівчат із міських районів самооцінка була значно вищою у тих, хто належить до групи з високим економічним статусом. Також самооцінка міських дівчат із високим економічним статусом перевищувала самооцінку їхніх ровесниць із сільської місцевості [38].

Загалом, більшість теорій самооцінки розглядають її як стабільну рису особистості, яка змінюється поступово через досвід, наприклад, через досягнення успіху або оцінку з боку значущих людей. Проте деякі дослідження

припускають, що самооцінка може бути миттєво змінена або впливати на неї в короткий термін. Тому самооцінку можна розглядати як особистісну рису, так і як стан.

1.3. Психологічні фактори формування самооцінки сучасної студентської молоді

Самооцінка, самоповага й сформовані життєві цінності є важливими аспектами психологічного розвитку особистості. На думку вчених, самооцінка та впевненість у собі розуміються як переконання індивіда у правильності своїх дій і поведінки, а також їх ефективному поєднанні з соціумом.

У молодому віці студенти вже мають сформований, відповідно до свого віку, світогляд. Не буде перебільшенням зазначити, що науковці з різних галузей (психологи, соціологи, педагоги) досліджували такі аспекти особистісного розвитку, як:

- соціальна адаптація;
- визначення причин самозадоволення чи невдоволення;
- задоволення потреб у самоповазі та оцінці з боку інших;
- гармонійне співвідношення між «Я-ідеальним» та «Я-реальним»;
- зниження самооцінки через зміщення акцентів із власної особистості на інші сфери життя;
- підвищена тривожність у складних життєвих обставинах тощо [11].

У зарубіжних дослідженнях розглядається процес формування самооцінки через розвиток особистості, взаємини із іншими людьми, а також дії і поведінку. Самооцінка розглядається як важливий компонент особистості, який тісно пов'язана із регуляцією її діяльності й вчинків, а також є самостійною якістю, яка формується через самосвідомість і прояви внутрішнього світу особистості. Вчені підкреслюють значення процесу формування самооцінки через взаємодію з оточуючими та власну діяльність, зокрема через оцінку,

методи та критерії, які набувають особистісного змісту через досвід і спілкування. Визначення основ й методів оцінювання оточення і перенесення цих оцінок на себе, тобто формування самооцінки діяльності, уможлиблюється на етапі розвитку цілеспрямованих-дій й мовлення. Із утворенням поняття «Я» з'являються уявлення про власні можливості та самооцінка [14].

Поняття самосвідомості-самопізнання взаємопов'язано й становить частину досягнень людини, є складовими її самосвідомості як індивіда та елементами дій і комунікації. Дослідження підтверджують, що саме таким шляхом відбувається формування самосвідомості, основною характеристикою якої є мотивація дій, думок, та почуттів, поведінки, а також розуміння власних інтересів і соціального становища[38].

Самосвідомість – це уявлення людини про себе як певного індивіда. Через самоусвідомлення людина самопізнає себе як самостійну окрему реальність, яка відокремлена від природи й інших людей. Це поняття дуже тісно пов'язане із специфічною здатністю дивитися на власну особистість із боку [15, с. 141].

Формування самооцінки розпочинається із раннього дитинства. У цей період соціальна оцінка дитини переважно залежить від оцінок її поведінки близькими дорослими й дотримання певних життєвих норм. Саме від думки дорослих переважно залежить й те, як дитина оцінює себе та подальший розвиток. У цей період у дитини формується самоставлення, оцінка себе у родині, навчальних закладах у соціальному середовищі. Важливо, що самооцінка дитини переростає у свідоме уявлення про себе як особистості у суспільстві, власних можливостей і унікальності [24].

Дослідження самооцінки в юнацькому віці показують, що вона є нестійкою та сильно залежить від зовнішніх факторів і критеріїв, які молодь вважає найважливішими. Серед таких факторів — успіхи у навчанні, досягнення у творчих заняттях. Це підвищує статус серед однолітків, полегшує вибір друзів і сприяє лідерству у колективі. Позитивна самооцінка значною мірою стимулює покращення знань й впливає на формування певних моральних норм, допомагає саморегуляції поведінки, особливо через успіхи й досягнуті результати.

Таким чином, особистісна самооцінка є важливим чинником у розвитку юнака. Вона також визначає взаємини в родині та колективі, мотивацію досягати успіхів, якість навчання та здатність долати конфлікти й невдачі. Проте надмірно завищена самооцінка може призвести до неправильного уявлення про власні можливості, перебільшення важливості своїх досягнень у соціальному контексті [12].

З іншого боку, низька самооцінка, особливо на етапах становлення особистості, є негативним фактором. Це часто трапляється в дитячому віці, коли психіка лише формується, і важливо використовувати всі можливі механізми для її розвитку. Виховання, яке здійснюють батьки, родичі та педагоги, включаючи використання різноманітних навчально-розвивальних засобів (книги, музика, мистецтво, медіа), формує цінності та світогляд дитини. Однак навчальна діяльність, хоча й інтелектуальна, може викликати емоційне напруження, що потребує мобілізації внутрішніх ресурсів. При зниженій самооцінці постійний стрес, адаптація до нових умов навчання та життя можуть призвести до психічних і соматичних проблем. Постійне стресове навантаження може мати особливо важкий вплив на психічне здоров'я [8].

Життя та навчання студентської молоді під час війни тісно пов'язані із високим рівнем стресу, спричиненого негативними зовнішніми факторами, переживаннями та війною в країні. Це порушує психологічний та емоційний стан, впливає на спосіб життя, знижує мотивацію до діяльності та навчання, а також підвищує рівень стресу й знижує самооцінку [4].

Згідно із цим, можна виокремити два аспекти стресу, які призводять до відхилень і зниження самооцінки студента: особистісний і навчальний. Особистісне життя молоді людини в ЗВО реалізується відповідно до виховної стратегії університету, мети та завдань організації виховної діяльності та взаємодії із педагогічним колективом [20].

ЗВО мають завдання формувати й розвивати нову генерацію української інтелігенції – грамотну й гармонійно-розвинену, творчу й відповідальну

особистість, здатну активно сприяти розвитку незалежної України, використовуючи усі набуті знання й вміння [20].

Це може бути досягнуто через:

- виховання майбутніх фахівців авторитетними-освіченими людьми, носіями високої загальної, інтелектуально-емоційної, соціально-психологічної політично-правової, фізичної й екологічної культури;
- створення оптимальних умов для гармонійного розвитку особистості студента, загальної його культури і мислення шляхом залучення до різноманітної творчої діяльності (культурної, науково-дослідної, культурної, спортивної, громадської);
- збагачення естетичного світогляду студентів через участь у відродженні й створенні нових національно-культурних традицій, а також розвитку художніх-здібностей студентів;
- формування «Я-концепції» особистості творця через самоосвіту, саморозвиток, самовиховання, самовдосконалення та моральну самозавершеність;
- профілактика вживанню психоактивних речовин, викорінення шкідливих звичок та пропаганда здорового способу життя [2].

Основною рисою сучасної вищої освіти є орієнтація на студента. Сьогодні студенти України піддаються впливу військового стану, що веде до збільшення рівня тривожності, страху та панічних станів. Невизначеність майбутнього, тривога за своє життя й життя рідних, зниження концентрації уваги й пам'яті – усе це часто призводить до зниження самооцінки.

Особистісні фактори, що сприяють зниженню самооцінки, включають: незадоволення своїм життям, недосипання, хвороби, почуття відповідальності перед своїми батьками, нерозуміння із боку однолітків, неефективне або нелогічне використання часу, психологічна атмосфера в ЗВО, відсутність чи знижена мотивація, нестабільна або низька самооцінка, інші обставини [2, 3, 8, 17].

До навчальних факторів, які можуть викликати стрес, відносяться: низька академічна успішність, вибір спеціальності, що не відповідає інтересам студентів, відсутність розуміння із однокласниками, конфлікти із викладачами, нерозуміння предмету чи нестача знань, надмірне чи недостатнє навантаження, необхідність опрацювання досить великих обсягів навчальної інформації, змінюваний-непостійний навчальний розклад, часті пропуски занять, невиконання завдань, швидкий й об'ємний темп здачі завдань, переживання через неясність оцінювання, брак часу, рольові конфлікти та страх відрахування. Всі ці фактори можуть спричиняти тривогу, стрес, втому, почуття провини й інші негативні емоційні стани, що мають вплив на психічне здоров'я молоді, ставши глобальною проблемою.

Висновки до першого розділу

Аналіз психолого-педагогічних досліджень дозволив з'ясувати, що на сьогодні існує декілька трактувань терміну «самооцінка». Це поняття охоплює різноманітні аспекти, які включають: внутрішнє відчуття власної значущості; вимогливість до себе; вираження власних можливостей; оцінка власних дій та вчинків; регулятори поведінки; ставлення до успіхів й невдач; складову частину самосвідомості особистості. Загалом більшість дослідників наголошують, що самооцінка відображає загальну оцінку людиною власної позитивної або негативної цінності, ґрунтуючись на сприйнятті себе в різних життєвих ролях та сферах й має визначний вплив на формування особистості, а також є ключовим фактором у розвитку її здібностей, потенціалу й соціальної значущості. Самооцінка відіграє особливо-важливу роль у професійній діяльності людини й забезпечує оволодіння інноваційними методами та технологіями, які сприяють ефективному розвитку особистості, здатної до самовдосконалення, самореалізації й саморозвитку.

Когнітивну самооцінку розглядають у різноманітних аспектах: як міру оцінки ступеня розуміння під час читання; як порівняльну характеристику, на основі якої можна диференціювати сукупністю релевантних даних; як частину самооцінного мислення. Кожен із цих аспектів є важливим і представляє наукову цінність для проведення порівняльних досліджень.

У нашому дослідженні ми розглядаємо результати інтелектуальної діяльності й особливості самооцінки у цілісному контексті, застосовуючи метод порівняння показників. На нашу думку успішність інтелектуальної роботи й процеси самооцінювання якості її виконання є взаємодоповнювальними, тому їхні інтелектуальні й особистісні аспекти варто розглядати разом.

Самооцінка зростає, коли індивід досягає успіху, отримує похвалу чи відчуває любов оточуючих, що робить його залежним не лише від власного сприйняття себе, а й від думок інших про нього. Людина із низькою самооцінкою має нейтральну та невизначену самооцінку, яка сильно залежить від зовнішніх факторів, а її соціальна поведінка відображає обережний і захисний підхід до життя. Низький рівень самооцінки може проявлятися в непевності у собі, недостатній самопізнаності, обережності та хронічному внутрішньому конфлікті. Така особа не має чіткого уявлення про свою ідентичність, що робить її вразливою до змін і подій навколишнього світу.

Самооцінка розглядається як важливий компонент особистості, який тісно пов'язана із регуляцією її діяльності й вчинків, а також є самостійною якістю, яка формується через самосвідомість і прояви внутрішнього світу особистості. Вчені підкреслюють значення процесу формування самооцінки через взаємодію з оточуючими та власну діяльність, зокрема через оцінку, методи та критерії, які набувають особистісного змісту через досвід і спілкування.

Дослідження самооцінки в юнацькому віці показують, що вона є нестійкою та сильно залежить від зовнішніх факторів і критеріїв, які молодь вважає найважливішими. Серед таких факторів — успіхи у навчанні, досягнення у творчих заняттях. Це підвищує статус серед однолітків, полегшує вибір друзів і сприяє лідерству у колективі. Позитивна самооцінка значною мірою стимулює

покращення знань й впливає на формування певних моральних норм, допомагає саморегуляції поведінки, особливо через успіхи й досягнуті результати.

Особистісна самооцінка визначає взаємини в родині та колективі, мотивацію досягати успіхів, якість навчання та здатність долати конфлікти й невдачі. Проте надмірно завищена самооцінка може призвести до неправильного уявлення про власні можливості, перебільшення важливості своїх досягнень у соціальному контексті.

РОЗДІЛ 2.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ САМООЦІНКИ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

2.1. Опис методів дослідження

На основі концепцій самооцінки, проаналізованих у першому розділі, обґрунтовано значущість використання різних підходів і джерел у дослідженні самооцінки як фактора формування особистості в контексті навчальної діяльності студентів. Такий підхід дозволяє комплексно досліджувати обрану проблему.

На сьогодні існує багато методик, розроблених психологами для діагностики самооцінки особистості. Важливим аспектом є вибір таких методик, що досить адекватно відображають особливості самооцінки студентської молоді. Вивчення психологічних особливостей самооцінки студентської молоді здійснювалось із застосуванням психодіагностичного тестування, до якого увійшли такі методики:

1. «Експрес-діагностика рівня самооцінки особистості»,
2. Методика В. Соніна «Хто я є в цьому світі»,
3. Методика С.Будассі «Метод дослідження самооцінки особистості»,
4. Тест-опитувальник задоволеності навчальною діяльністю (УУД)
Л.В. Міщенко.

Основні завдання емпіричного дослідження:

1. Дослідити вікові особливості самооцінки серед студентів (юнаків та дівчат).
2. Визначити основні рівні самооцінки студентської молоді та їх задоволеність навчальною діяльністю й провести аналіз отриманих результатів.

Для досягнення поставлених цілей було розроблено план дослідження, який складався з трьох етапів: підготовчого, практичного та узагальнюючого.

На першому етапі здійснювалося теоретичне обґрунтування проблеми. Було проаналізовано основні науково-теоретичні концепції, визначено недостатньо досліджені аспекти самооцінки молоді, а також підібрано методологічний інструментарій, що відповідає завданням емпіричного дослідження. Обсяг вибірки становив 109 осіб — студентів університету «Львівська політехніка» різних факультетів віком 17 - 20 років.

Другий етап передбачав збір емпіричних даних із дотриманням психологічних принципів роботи дослідження. Усім учасникам було надано бланки із методиками та детально пояснено інструкції. Умови проведення дослідження забезпечували максимально можливу точність й коректність результатів.

На третьому етапі здійснювалася якісна-кількісна обробка даних. За допомогою статистичних методів, використовуючи програму «SPSS 22.0», були створені узагальнені профілі й надано детальний опис результатів для кожної групи.

Загалом було опитано 109 студентів: 60 осіб віком 17–19 років (група ОГ1) і 49 осіб віком 20 років і старші (група ОГ2). Серед них 62 дівчини та 47 юнаків. Для аналізу гендерних і вікових відмінностей вибірку було поділено на: ОГ1д — дівчата 17–19 років, ОГ2д — дівчата 20 років й старші; ОГ1ю — юнаки 17–19 років, ОГ2ю — юнаки 20 років й старші.

Розглянемо обрані нами методики для проведення дослідження.

Методика «Експрес-діагностики рівня самооцінки особистості» застосовується для швидкої оцінки своїх можливостей. Важливим є відзначити, що те, якою людиною бачить себе, значно впливатиме на її емоційний стан й самоідентифікацію. Самооцінка є основою для щоденних рішень про власні дії, а також відіграє ключову роль у становленні особистості, сприяючи її розвитку. Адекватна самооцінка підтримує гідність й забезпечує моральне задоволення. Невідповідне сприйняття себе може призвести до гармонії й впевненості, або ж до постійних внутрішніх й міжособистісних конфліктів.

Методика В. Соніна «Хто я є в цьому світі?» передбачає використання десяти горизонтальних ліній із індексами на початку й кінці кожної лінії для оцінки особистості. Автор пропонує таке завдання: «Уявіть, що на кожній із цих ліній зібрано різних людей, які уособлюють певні якості й характеристики. Серед них як здорові, так і хворі, сміливі та боязкі, розумні й не дуже. Лінії символізують 10 основних характеристик особистості».

Застосування *Опитувальника задоволеності навчальною діяльністю (ЗНД)* Л. Міщенко дозволяє визначити актуальний рівень задоволення особистості різноманітними аспектами навчання. Опитувальник має досить високу ретестову надійність та валідність.

Методика С. Будасі «Метод дослідження самооцінки особистості» розроблена у 1970-х роках і продовжує використовуватися психологами по всьому світу. Цей підхід дозволяє здійснити аналіз «Я-концепції», а також визначити середнє значення «Я-реального» й «Я-ідеального». Варто підкреслити, що «Я-концепція» здійснює вплив на вибір поведінкових патернів, що визначає напрямок рішень, дій та способів спілкування. Усвідомлювати власну «Я-концепцію» досить важливо, адже не усе, що ми сприймаємо як правду відносно себе, відповідає у реальності на 100%. Частина особистості може бути усвідомлена, а інша — функціонує підсвідомо. Методика дозволяє оцінити рівень самооцінки та, ґрунтуючись на цих знаннях, відтак коригувати дії й приймати рішення.

2.1. Аналіз результатів дослідження

Спершу було визначено загальні показники рівня самооцінки учасників дослідження, які відображено на рисунку 2.1.

Аналізуючи отримані дані, варто зазначити, що найвищий відсоток молоді з високою самооцінкою виявлено серед юнаків групи ОГ1ю – 38,50 %. Найнижчий рівень високої самооцінки зафіксовано серед дівчат групи ОГ2д –

17,90 %, хоча вони водночас демонструють найвищий рівень середньої самооцінки – 53,60 %. Найнижча середня самооцінка спостерігається серед дівчат групи ОГ1д – 32,40 %, а найнижчі показники низької самооцінки виявлено серед юнаків ОГ1ю – лише 6,90 %.

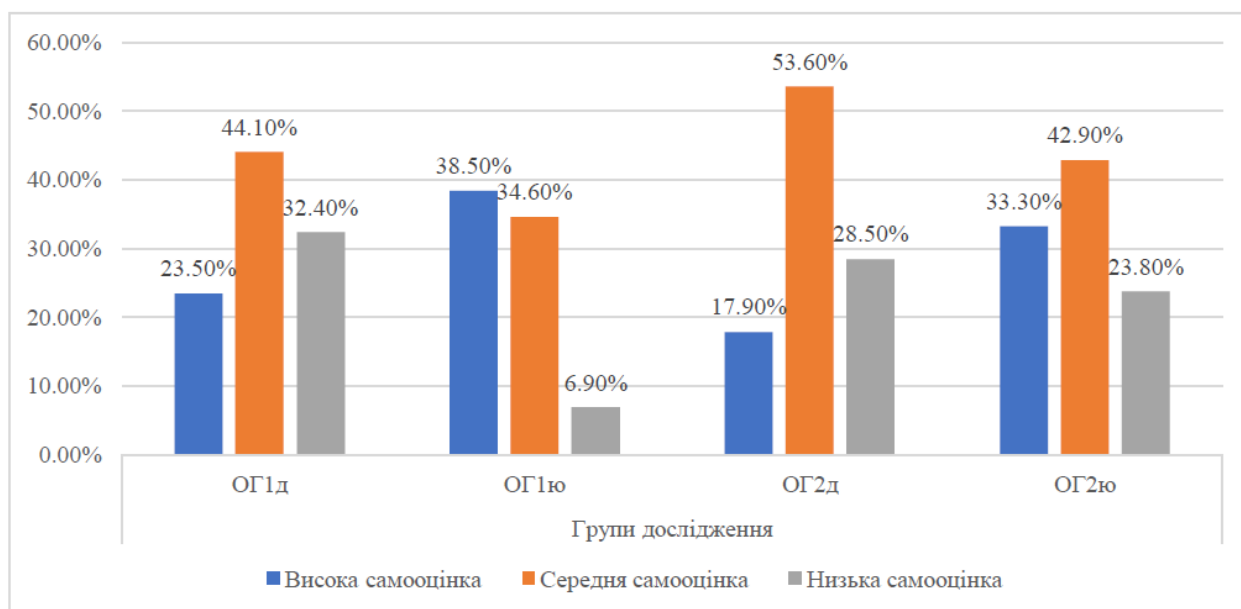


Рис. 2.1 Результати дослідження студентської молоді за методикою «Експрес-діагностика рівня самооцінки»

Таким чином, у групі ОГ1ю зафіксовано найбільший відсоток осіб із високою самооцінкою (38,5 %) порівняно з іншими групами. Натомість група ОГ2д демонструє найбільший відсоток із середньою самооцінкою (53,6 %).

Детальний порівняльний аналіз показує, що в групі ОГ1д більше осіб зі середньою самооцінкою (44,1 %), ніж у групі ОГ1ю (34,6 %). Однак у групі ОГ1ю більше осіб із високою самооцінкою (38,5 %) порівняно з ОГ1д (23,5 %).

Порівнюючи групи ОГ2д і ОГ2ю, можна зазначити, що група ОГ2д має вищий відсоток високої самооцінки (17,9 %), а група ОГ2ю переважає за середньою самооцінкою (42,9 % проти 53,6 % у ОГ2д). Водночас група ОГ2ю має вищий рівень низької самооцінки (23,8 %) порівняно з групою ОГ2д (28,5 %).

Такий розподіл рівнів самооцінки свідчить, що юнаки та дівчата віком 17–19 років здебільшого мають високий рівень самооцінки, що може бути зумовлено особливостями підліткового періоду, коли активно відбувається особистісний розвиток і формування самооцінки. У старшій віковій групі (20 років) переважають особи зі середньою самооцінкою, що може вказувати на реалістичніше сприйняття себе й самокритичніше оцінювання своїх можливостей зі збільшенням віку.

Аналізуючи гендерні відмінності, можна зазначити, що дівчата віком 17–19 років (ОГ1д) демонструють вищі показники високої самооцінки порівняно з юнаками цієї ж вікової групи (ОГ1ю). Це свідчить про те, що у цьому віці дівчата зазвичай впевненіші в собі, ніж юнаки. У віковій категорії 20 років й старші юнаки (ОГ2ю) демонструють вищі показники високої самооцінки порівняно з дівчатами, що може бути наслідком соціальних стереотипів і очікувань, спрямованих на чоловіків і жінок, а також вікових особливостей цього періоду.

Детальний аналіз порівняння груп ОГ1д, ОГ1ю, ОГ2д і ОГ2ю показує, що дівчата у віковій категорії 17–19 років (ОГ1д) мають найвищий показник середньої самооцінки (53,6%) серед усіх груп. Найвищий рівень високої самооцінки спостерігається у юнаків віком 20 років і старше (ОГ2ю) — 33,3%. У групах ОГ2д (дівчата 20 років і старші) та ОГ2ю (юнаки 20 років й старші) більшість осіб мають середню самооцінку — відповідно 53,6% і 42,9%. Це може свідчити про більш зрілу та збалансовану оцінку себе у цих вікових групах. Водночас найнижчий рівень високої самооцінки спостерігається у дівчат віком 17–19 років (ОГ1д) — 23,5%, а найнижчий рівень низької самооцінки характерний для дівчат 20 років й старших (ОГ2д) — 17,9%.

Зазначені вікові та гендерні відмінності можуть відігравати важливу роль у розробці психологічних програм підтримки студентів. Наприклад, можуть бути створені програми для підвищення самооцінки підлітків або сприяння психологічному самовизначенню студентів старшого віку.

Отримані результати також слугують основою для подальших досліджень, спрямованих на вивчення факторів, які впливають на самооцінку у різних вікових й гендерних групах.

Для уточнення розподілу обстежених за рівнями самооцінки було проведено додаткове опитування за тестом В.А. Соніна «Хто я є в цьому світі», результати якого наведено в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

Результати дослідження рівня самооцінки студентської молоді за методикою В. Соніна «Хто я є в цьому світі?»

Рівень самооцінки	Групи дослідження			
	ОГ1д	ОГ1ю	ОГ2д	ОГ2ю
Явно завищена	5,90%	15,40%	3,60%	9,50%
З тенденцією до завищення	7,70%	19,20%	14,30%	28,60%
Адекватна, найбільше відповідна дійсності	41,20%	38,50%	57,10%	38,10%
З тенденцією до заниження	23,50%	19,20%	17,90%	19,00%
Явно занижена	11,70%	7,70%	7,10%	4,80%

Аналіз рівнів самооцінки за результатами тесту В. Соніна «Хто я є в цьому світі?» з урахуванням досліджуваних груп (ОГ1д, ОГ1ю, ОГ2д, ОГ2ю) свідчить про такі особливості:

Дівчата 17-19 років (ОГ1д) продемонстрували наступні показники: очевидно завищену самооцінку мають 5,90% опитаних, із тенденцією до завищення – 17,70%, адекватну самооцінку – 41,20%, із тенденцією до заниження – 23,50%, а явно занижену – 11,70%.

Юнаки тієї ж вікової групи (ОГ1ю) мають такі показники: очевидно завищену самооцінку – 15,40%, із тенденцією до завищення – 19,20%, адекватну – 38,50%, із тенденцією до заниження – 19,20%, а явно занижену – 7,70%.

Серед дівчат 20 років й старше (ОГ2д) виявлено: очевидно завищену самооцінку мають 3,60%, із тенденцією до завищення – 14,30%, адекватну – 57,10%, із тенденцією до заниження – 17,90%, а явно занижену – 7,10%.

Юнаки цієї вікової групи (ОГ2ю) демонструють наступне: очевидно завищену самооцінку мають 9,50%, із тенденцією до завищення – 28,60%, адекватну – 38,10%, із тенденцією до заниження – 19,00%, а явно занижену – не виявлено.

Аналізуючи результати, можна спостерігати гендерні відмінності у рівнях самооцінки. Дівчата 17-19 років (ОГ1д) мають вищий відсоток осіб із заниженою та явно заниженою самооцінкою, тоді як у юнаків тієї ж вікової групи (ОГ1ю) частіше зустрічається тенденція до завищення й високий рівень самооцінки. Це свідчить про різницю у сприйнятті себе залежно від статі.

Вікові зміни також мають значення. Студенти 20 років й старші (ОГ2д, ОГ2ю) часто демонструють більшу впевненість в собі й реалістичність у самооцінці порівняно із молодшими (ОГ1д, ОГ1ю). Зокрема, дівчата 17-19 років (ОГ1д) мають більш нестабільну самооцінку, що може бути пов'язано із особливостями віку, низьким життєвим досвідом й підвищеною самокритикою. У старших групах (ОГ2д, ОГ2ю) переважає адекватна самооцінка, що свідчить про більш зріле та стабільне самосприйняття.

Таким чином, у кожній групі представлені особи із різними рівнями самооцінки, однак, адекватна самооцінка є найбільш поширеною. Вищий рівень заниженої самооцінки спостерігається серед дівчат молодшої групи (ОГ1д), тоді як юнаки старшої групи (ОГ2ю) частіше демонструють завищену самооцінку, що вказує на впевненість у собі в цій категорії студентів.

Отже, важливо вивчити ці відмінності у самооцінці залежно від віку й статі, що дозволить краще розуміти потреби й особливості різних груп студентів у контексті розвитку психологічної самосвідомості й самооцінки. Проведений нами аналіз сприяє кращому уявленню того, як рівень самооцінки може змінюватися серед різних груп студентів за віковими та статевими

характеристиками, що може бути досить корисним для розробки індивідуальних й групових програм підтримки, розвитку особистості.

Наприклад, у групі ОГ1д, де спостерігається більший відсоток студентів із низькою та низькою самооцінкою, корисним буде спрямувати фокус на підвищення психологічної самооцінки й самовизначення. У групі ОГ2ю, в якій вищий відсоток осіб із завищеною й схильністю до завищеної самооцінки, варто зосереджувати увагу на психологічній підтримці, яка має бути спрямована на розвиток реалістичного-самосприйняття.

Окрім цього, для точнішого аналізу нами була проведена методика С. Будассі «Методика дослідження самооцінки особистості», результати наведено у табл. 2.2.

Таблиця 2.2.

Результати дослідження самооцінки студентської молоді за методикою С. Будассі «Методика дослідження самооцінки особистості»

Рівень самооцінки	Групи дослідження			
	ОГ1д	ОГ1ю	ОГ2д	ОГ2ю
Самооцінка висока, неадекватна	8,80%	7,70%	7,10%	4,80%
Самооцінка висока, адекватна	14,70%	23,10%	17,90%	23,80%
Самооцінка середня, адекватна	47,10%	42,30%	50,00%	47,60%
Самооцінка низька, адекватна	20,60%	23,10%	21,40%	14,30%
Самооцінка низька, неадекватна	8,80%	3,80%	3,60%	9,50%

Аналізуючи держані нами результати, можемо зазначити наступне: висока-неадекватна самооцінка означає надмірно-завищену самооцінку; висока-адекватна самооцінка — є збалансованою самооцінкою із тенденцією до завищення; середня-адекватна самооцінка — є відповідністю між "Я-ідеальним" й "Я-реальним"; низька-адекватна самооцінка — є адекватною самооцінкою із тенденцією до заниження; низька-неадекватна самооцінка — це надмірно занижена самооцінка.

Дослідження серед дівчат 17-19 років (ОГ1д) показали такі результати: 8,80% притаманна висока-неадекватна самооцінка, 14,70% — висока-адекватна самооцінка, 47,10% — середня-адекватна самооцінка, 20,60% — низька-адекватна самооцінка, і 8,80% — низька-неадекватна самооцінка. Серед юнаків 17-19 років (ОГ1ю) отримано такі результати: 7,70% мають високу-неадекватну самооцінку, 23,10% — високу-адекватну самооцінку, 42,30% — середню-адекватну самооцінку, 23,10% — низьку-адекватну самооцінку, і 3,80% — низьку-неадекватну самооцінку. Щодо дівчат 20 років й старше (ОГ2д), то виявлено, що 7,10% притаманна висока-неадекватна самооцінка, 17,90% — висока-адекватна самооцінка, 50,00% — середня-адекватна самооцінка, 21,40% — низька-адекватна самооцінка, і 3,60% — низька-неадекватна самооцінка.

Юнаки 20 років й старше (ОГ2ю) демонструють такі рівні самооцінки: висока, неадекватна – у 4,8% опитаних; висока, адекватна – у 23,8%; середня, адекватна – у 47,6%; низька, адекватна – у 14,3%; низька, неадекватна – у 9,5%.

Аналізуючи отримані дані згідно методик С. Будасі можемо зазначити, що серед дівчат 17-19 років (ОГ1д) зустрічаються як респонденти із завищеною, так і зниженою самооцінкою, що засвідчує варіативність психологічного стану означеної групи.

У групі юнаків цієї категорії (ОГ1ю) вищим є відсоток осіб із середньою й високою-адекватною самооцінкою, що може указувати на більшу впевненість у студентів. Група дівчат 20 років й старших (ОГ2д) характеризується високим відсотком респондентів із адекватним рівнем самооцінки, що засвідчує їх стабільне самосприйняття серед старших дівчат-студенток. У групі юнаків (ОГ2ю) також зафіксовано високий відсоток респондентів із адекватною самооцінкою, однак спостерігається також тенденція й до завищеної самооцінки.

Проведений нами аналіз надає цілісну загальну картину особливостей самооцінки серед студентів різного віку й статі, що дозволяє розробити рекомендації з метою психологічної підтримки цих студентів. Психологічний

супровід повинен враховувати рівень й адекватність самооцінки залежно від віку й статі, що дозволить сприяти розвитку та психологічному благополуччю студентів.

Особливу увагу варто приділяти студентам групи ОГ1д (17-19 років), які мають низьку самооцінку, і для яких необхідною є робота над підвищенням рівня самооцінки й самовизначення. Для студентських груп ОГ2д та ОГ2ю, студенти, які мають адекватну самооцінку, досить корисною буде підтримка у зміцненні та розвитку їхнього стабільного самосприйняття.

Варто зазначити, що часто не спостерігається одного чітко-вираженого рівня самооцінки, позаяк людина може реагувати по-різному залежно від ситуації, що пояснює різницю в результатах згідно різних тестів на визначення особливостей самооцінки.

Для чіткішої об'єктивізації отриманих нами показників самооцінки було здійснене опитування за опитувальником задоволеності навчальною діяльністю Л. Міщенко, результати якого представлено у табл. 2.3.

Таблиця 2.3.

**Результати дослідження задоволеністю студентів навчальною діяльністю
(за Л.В. Міщенко)**

Рівень задоволення	Групи дослідження			
	ОГ1д	ОГ1ю	ОГ2д	ОГ2ю
Повна незадоволеність та неблагополуччя	8,80%	19,20%	0,0%	9,50%
Навчальні та комунікативні труднощі	26,40%	30,80%	21,40%	28,60%
Норма з частковою незадоволеністю	47,10%	34,60%	53,60%	42,90%
Благополуччя та адекватність реальності	17,70%	15,40%	25,00%	19,00%

У таблиці представлені основні результати відсоткового задоволення-незадоволення студентів за їхніми власними оцінками, порівняно із результатами самооцінки, отриманими за різними згаданими вище тестами.

Аналіз рівнів задоволення навчальною діяльністю серед досліджуваних груп, можна зазначити, що серед дівчат 17-19 років (ОГ1д) спостерігаються наступні показники: повна-незадоволеність й неблагополуччя виявлено у 8,80% дівчат-студенток; навчально-комунікативні труднощі притаманні 26,40% досліджених; норму частково-незадоволеність встановлено у 47,10%; благополуччя й адекватність реальності відзначають 17,7%.

Серед юнаків 17-19 років (ОГ1ю) показники виглядають так: неблагополуччя спостерігається у 19,20%; навчально-комунікативні труднощі мають 30,80%; норма із частковою незадоволеністю встановлена у 34,60%; благополуччя-адекватність реальності - 15,40%.

Серед дівчат (ОГ2д) повна незадоволеність і неблагополуччя відсутні (0,0%); навчально-комунікативні труднощі встановлено у 21,40%; норма із частковою незадоволеністю у 53,60%; благополуччя-адекватність реальності -- в 25,00%.

Що стосується групи (ОГ2ю), то результати наступні: повна незадоволеність-неблагополуччя спостерігаються у 9,50%; навчально-комунікативні труднощі - 28,60%; норма із частковою незадоволеністю - 42,90%; благополуччя-адекватність реальності - 19,00%.

У всіх досліджуваних групах спостерігаються різні рівні задоволеності навчальною діяльністю. Групи дівчат (ОГ1д, ОГ2д) не виявляють повної задоволеності-незадоволеності навчанням, причому студентки-дівчата віком 20 років й старші (ОГ2д) не мають представників у категорії «Повна незадоволеність й неблагополуччя».

У групах юнаків-студентів (ОГ1ю, ОГ2ю) спостерігається значно більший відсоток осіб, у яких зафіксована повна незадоволеність й неблагополуччя навчальною діяльністю, порівняно із групами дівчат. Це засвідчує більшу актуальність цього аспекту для юнаків.

Отже, за результатами тесту-опитувальника Л. Міщенко можна виокремити такі основні тенденції: рівень задоволеності н.д. серед дівчат-студенток (ОГ1д, ОГ2д) вищий у порівнянні із юнаками (ОГ1ю, ОГ2ю). Дівчата висловлюють переважно меншу незадоволеність навч. діяльністю, незалежно від їх віку. Студенти-юнаки (ОГ1ю, ОГ2ю) мають досить вищий відсоток повної незадоволеності, причому цей відсоток значно вищий, зокрема, у групах ОГ1ю й ОГ2ю. Це може указувати на психологічні особливості сприйняття навч. діяльності у молодших й старших студентів-юнаків.

Дівчата групи (ОГ2д) мають вищий рівень задоволеності навч. діял. Це підтверджується даними щодо дівчат-студенток віком 20 років й старших, серед яких спостерігається високий відсоток із показниками норми й часткової незадоволеності, що може вказувати на більш-стабільне ставлення до навчання серед старших дівчат-студенток.

Для юнаків-студентів найбільші труднощі у навч. діял. пов'язані із навчально-комунікативними аспектами, що ймовірно зумовлено їх специфічним сприйняттям й адаптацією до навч. середовища. Назагал результати показують, що рівень задоволення навч. діяльністю може змінюватися залежно від статі й віку студентів. Ці відмінності важливо враховувати при розробці програм підтримки й покращення якості освітнього процесу для різних груп студентської молоді.

Здійснений нами аналіз дає загальне уявлення про задоволення навчальним процесом серед студентів різних вікових груп та статей і може стати основою для подальших етапів вдосконалення освітнього середовища й підтримки студентів.

Аналізуючи самооцінку як важливий фактор розвитку особистості студентської молоді, результати емпіричного дослідження показують, що більшість учасників мають завищену самооцінку, що свідчить про їх ідеалізоване уявлення про власну особистість. Такі студенти часто переоцінюють власні можливості, орієнтуючись при цьому на успіх та ігноруючи невдачі. Приблизно половина респондентів має середній рівень

самооцінки, реалістично оцінюючи свої навчальні здібності. Чверть респондентів має знижений рівень самооцінки, що свідчить про тривожність, невпевненість й переживання за майбутнє, сором'язливість, але без реальних змін у поведінці.

Згідно результатів дослідження встановлено, що завищену самооцінку мають студенти 17–19 років, при цьому більшість із них навчаються на I та II курсах. Середній рівень самооцінки характерний для студентів другого та третього курсів, а більш адекватний рівень самооцінки спостерігається у студентів віком від 20 років і старше, особливо серед дівчат, які навчаються на четвертому курсі. Студенти із заниженою самооцінкою часто сприймають реальність емоційно, а невдачі інтерпретують як наслідок зовнішніх обставин або помилок інших. Адекватну критику вони можуть сприймати як агресивну увагу до себе. Таким студентам важко адаптуватися до суспільного життя, існування в групі та спілкування в цілому.

На наступному етапі дослідження нами було використано методику «Хто я є в цьому світі?» (див.табл. 2.1.). За підсумками дослідження встановлено, що чверть респондентів набрали 40 - 45 балів, що свідчить про їх товариськість, здатність швидко встановлювати контакти, адекватно оцінювати ситуацію й її наслідки, зберігати душевну-рівновагу, легко адаптуватися до змін у навчанні й готовність вивчати нове. Вони адекватно ставляться до власних помилок, можуть засмутитися, співчують іншим і прагнуть допомогти. Водночас серед респондентів майже половина отримали бали в межах 46 - 59, що свідчить про тенденцію до завищеної самооцінки, звинувачення оточуючих у власних невдачах, а чужі помилки-невдачі вважають закономірними, самі ж вони є завзятими. Лише невелика частина студентів набрала 10-20 балів, характеризує їх як пасивних й замкнутих осіб, що постійно недооцінюють свої можливості, переоцінюють чужі, часто засмучуються через проблеми та можуть занурювати інших у негативні емоції, що наближається до депресії. Рівень їх тривожності є підвищений. П'ята частина студентів набрали 21-34 балів, що вказує на

схильність до зниженої самооцінки, неспроможність адекватно переживати неприємності та психологічно неадекватну реакцію на них.

Серед осіб віком 17-19 років, здебільшого першокурсників, спостерігається тенденція до завищеної самооцінки, в той час як серед студентів II курсу можна відзначити частково адекватну самооцінку. Для студентів віком 20 років й старше, більшість із яких навчаються на III курсі, характерні тенденції як до завищення, так й до зниження рівня самооцінки, а серед студентів IV курсу загалом спостерігається адекватна реальна самооцінка.

На наступному етапі дослідження було застосовано методику С. Будасі «Методика дослідження самооцінки особистості».

У результаті проведеного дослідження нами було встановлено, що більшість юнаків мають високий рівень самооцінки, як адекватної, так і неадекватної. Варто зазначити, що лише у незначній частини респондентів-юнаків виявлено низьку неадекватну самооцінку. У дівчат самооцінка зазвичай знаходиться на середньому-адекватному рівні, тоді як у решти переважає низька адекватна самооцінка.

Щодо студентів різних курсів, то їхні результати виглядають так: студенти I і II курсу є схильними до високої-адекватної самооцінки, студенти третього курсу мають різні рівні самооцінки: середню-адекватну чи низьку-адекватну, а студенти IV курсу демонструють переважно реальну адекватну самооцінку. Результати тестування представлені в табл. 2.2. Варто зауважити, що часто не виявляється чітко-вираженого рівня самооцінки, що свідчить про адаптацію людини до змінних ситуацій.

Аналізуючи дані згідно опитувальника Л. Міщенко (табл. 2.3), можемо відзначити, що серед студентів I курсу більшість задоволена своєю навчальною діяльністю й навчальним процесом загалом. Студенти II та III курсу також здебільшого-задоволені навчальним процесом. Проте серед студентів IV курсу лише половина відчувають задоволення від навчальної діяльності.

Отже, можна стверджувати, що найвищий рівень загальної задоволеності навч. діяльністю спостерігається серед респондентів I курсу, а найнижчий —

серед старших курсів. Згідно із результатами оцінки загальної задоволеності навч. процесом, найвищі показники мають студенти I курсу. У студентів II курсу рівень задоволення трохи нижчий, а серед студентів III курсу також спостерігається позитивне ставлення до навчання. Однак студенти IV курсу виявляють значно меншу задоволеність. Таким чином, найбільше задоволені навчальною діяльністю є студенти I курсу у віці 17-19 років.

Згідно із результатами дослідження, можна зробити такі висновки: студенти переважно мають високу чи середню адекватну самооцінку, що позитивно впливає на навчальний процес й загальне задоволення навчальн. діяльністю. Протягом навчання спостерігається тенденція до зниження завищеної неадекватної самооцінки та переходу до середнього або низького рівня адекватної самооцінки. Це свідчить про правильне самовизначення майбутніх юристів та психологів їх адекватне оцінювання власних професійних можливостей, що сприяє їх професійному розвитку.

З'ясовано, що завищену самооцінку мають студенти I курсу, середній рівень самооцінки більш характерний для студентів II та III курсів, а занижену самооцінку мають студенти IV курсу, зокрема серед дівчат.

Згідно із результатами другої методики, серед першокурсників спостерігається схильність до завищеної самооцінки, особливо у студентів-юнаків, у студентів II курсу відзначається тенденція до зростання адекватної самооцінки, III курс демонструє тенденцію до стабілізації самооцінки, а IV курс характеризується більш адекватною та зрілою самооцінкою.

Результати опитування згідно методики С. Будассі свідчать, що студенти I курсу схильні до високої-неадекватної самооцінки, студенти II курсу мають високу-адекватну самооцінку, на III курсі спостерігається поділ: частина студентів має середню адекватну самооцінку, а частина — низьку адекватну. Студенти IV курсу схильні до більш зрілої самооцінки.

Назагал, результати дослідження показали, що студенти I курсу задоволені навч. процесом, більшість студентів II та III курсів також задоволені навч.

діяльністю. Серед студентів ІУ курсу лише половина задоволені навчальним процесом.

Відтак, досліджувана нами студентська молодь в основному характеризується високу або середню адекватну самооцінку, та загалом задоволена навчальною діяльністю. У процесі навчальної діяльності спостерігається тенденція до переходу від високої-неадекватної самооцінки до середньої-адекватної, що може засвідчує правильність професійного вибору, самовизначення майбутніх фахівців й їх професійний розвиток.

Висновки до другого розділу

Нами проведено емпіричне дослідження психологічних особливостей самооцінки студентської молоді. У дослідженні взяли участь 109 представників студентської молоді: 60 осіб віком 17–19 років (група ОГ1) і 49 осіб віком 20 років і старші (група ОГ2). Серед них 62 дівчини та 47 юнаків. Для аналізу гендерних і вікових відмінностей вибірку було поділено на: ОГ1д — дівчата 17–19 років, ОГ2д — дівчата 20 років й старші; ОГ1ю — юнаки 17–19 років, ОГ2ю — юнаки 20 років й старші.

Провівши якісний аналіз даних, зроблено висновок, що рівень самооцінки відносно віку розподіляється наступним чином: у групах ОГ1д (дівчата-студентки 17-19 р.) й ОГ1ю (юнаки-студенти 17-19 р.) більшість з них мають високий рівень самооцінки, що пов'язано із типовими віковими тенденціями до підвищення самооцінки. Водночас у групах ОГ2д (дівчата-студентки 20 років й старші) та ОГ2ю (юнаки-студенти 20 років й старші) переважають респонденти із середнім рівнем самооцінки, що може вказувати на більш зрілу й реалістичну оцінку себе. Таким чином, у кожній групі з груп є представники із різними рівнями самооцінки, причому адекватна самооцінка є найбільш поширеною серед всіх груп, що засвідчує реалістичність сприйняття студентами власної особистості.

Аналізуючи рівні самооцінки згідно тесту В. Соніна «Хто я є в цьому світі?» із урахуванням груп дослідження (ОГ1д, ОГ1ю, ОГ2д, ОГ2ю) та рівнів їх самооцінки, встановлено, що серед дівчат-студенток 17-19 років (ОГ1д) 5,90% мають завищену самооцінку. Також виявлено тенденцію до завищення у 17,70% досліджених, адекватну самооцінку – у 41,20%, тенденцію до заниження самооцінки – у 23,50%, а явно занижену самооцінку – у 11,70% досліджених.

Згідно з методикою С. Будассі, досліджуючи самооцінку особистості, можна зробити висновок, що серед дівчат-студенток віком 17-19 років (ОГ1д) є як вз завищеною, так і зі зниженою самооцінкою, що свідчить про варіативність їхнього психологічного стану. У групі юнаків того ж віку (ОГ1ю) спостерігається більший відсоток осіб із середньою та високою адекватною самооцінкою, що може вказувати на більшу впевненість представників цієї групи.

Серед дівчат-студенток віком 20 років й старші (ОГ2д) більшість має адекватну самооцінку, що свідчить про стабільне самоприйняття. Подібна ситуація спостерігається й у групі юнаків-студентів віком 20 років й старших (ОГ2ю), хоча деякі із них мають тенденцію до завищеного рівня самооцінки.

Згідно результатів опитувальника задоволеності навчальною діяльністю Л. Міщенко, серед дівчат-студенток (ОГ1д, ОГ2д) задоволеність навчанням вища, ніж серед юнаків (ОГ1ю, ОГ2ю). Дівчата-студентки, незалежно від віку, висловлюють менше абсолютної незадоволеності навчальним процесом порівняно із юнаками-студентами.

На основі результатів дослідження можна зробити такі висновки: студенти у цілому мають високу й середню адекватну самооцінку, позитивне загальне задоволення навчанням. Водночас є тенденція до зміни високої-неадекватної самооцінки на середню-адекватну чи низьку, що може свідчити про правильність самовизначення студентів, адекватне оцінювання власних професійних можливостей, сприяння їх професійному самовдосконаленню в майбутньому.

Отримані нами результати дослідження можуть стати підґрунтям для подальших досліджень, спрямованих на вивчення особливості самооцінки в різних вікових і статевих групах. Аналіз отриманих нами результатів, дозволяє глибше зрозуміти взаємозв'язок між статтю, віком та самооцінкою студентської молоді, а також може стати основою для розробки подальших досліджень, психокорекційних програм реалізація яких сприятиме кращому розумінню потреб і особливостей різних груп студентів у процесі розвитку їх самосвідомості.

ВИСНОВКИ

Аналіз психолого-педагогічних досліджень дозволив з'ясувати, що на сьогодні існує декілька трактувань терміну «самооцінка». Це поняття охоплює різноманітні аспекти, які включають: внутрішнє відчуття власної значущості; вимогливість до себе; вираження власних можливостей; оцінка власних дій та вчинків; регулятори поведінки; ставлення до успіхів й невдач; складову частину самосвідомості особистості. Загалом більшість дослідників наголошують, що самооцінка відображає загальну оцінку людиною власної позитивної або негативної цінності, ґрунтуючись на сприйнятті себе в різних життєвих ролях та сферах й має визначний вплив на формування особистості, а також є ключовим фактором у розвитку її здібностей, потенціалу й соціальної значущості. Самооцінка відіграє особливо-важливу роль у професійній діяльності людини й забезпечує оволодіння інноваційними методами та технологіями, які сприяють ефективному розвитку особистості, здатної до самовдосконалення, самореалізації й саморозвитку.

Когнітивну самооцінку розглядають у різноманітних аспектах: як міру оцінки ступеня розуміння під час читання; як порівняльну характеристику, на основі якої можна диференціювати сукупністю релевантних даних; як частину самооцінного мислення. Кожен із цих аспектів є важливим і представляє наукову цінність для проведення порівняльних досліджень.

У нашому дослідженні ми розглядаємо результати інтелектуальної діяльності й особливості самооцінки у цілісному контексті, застосовуючи метод порівняння показників. На нашу думку успішність інтелектуальної роботи й процеси самооцінювання якості її виконання є взаємодоповнювальними, тому їхні інтелектуальні й особистісні аспекти варто розглядати разом.

Самооцінка зростає, коли індивід досягає успіху, отримує похвалу чи відчуває любов оточуючих, що робить його залежним не лише від власного сприйняття себе, а й від думок інших про нього. Людина із низькою самооцінкою має нейтральну та невизначену самооцінку, яка сильно залежить від зовнішніх факторів, а її соціальна поведінка відображає обережний і захисний підхід до життя. Низький рівень самооцінки може проявлятися в непевності у собі, недостатній самопізнаності, обережності та хронічному внутрішньому конфлікті. Така особа не має чіткого уявлення про свою ідентичність, що робить її вразливою до змін і подій навколишнього світу.

Самооцінка розглядається як важливий компонент особистості, який тісно пов'язана із регуляцією її діяльності й вчинків, а також є самостійною якістю, яка формується через самосвідомість і прояви внутрішнього світу особистості. Вчені підкреслюють значення процесу формування самооцінки через взаємодію з оточуючими та власну діяльність, зокрема через оцінку, методи та критерії, які набувають особистісного змісту через досвід і спілкування.

Дослідження самооцінки в юнацькому віці показують, що вона є нестійкою та сильно залежить від зовнішніх факторів і критеріїв, які молодь вважає найважливішими. Серед таких факторів — успіхи у навчанні, досягнення у творчих заняттях. Це підвищує статус серед однолітків, полегшує вибір друзів і сприяє лідерству у колективі. Позитивна самооцінка значною мірою стимулює покращення знань й впливає на формування певних моральних норм, допомагає саморегуляції поведінки, особливо через успіхи й досягнуті результати.

Особистісна самооцінка визначає взаємини в родині та колективі, мотивацію досягати успіхів, якість навчання та здатність долати конфлікти й невдачі. Проте надмірно завищена самооцінка може призвести до

неправильного уявлення про власні можливості, перебільшення важливості своїх досягнень у соціальному контексті

Нами проведено емпіричне дослідження психологічних особливостей самооцінки студентської молоді. Встановлено, що рівень самооцінки відносно віку розподіляється наступним чином: у групах ОГ1д (дівчата-студентки 17-19 р.) й ОГ1ю (юнаки-студенти 17-19 р.) більшість із них мають високий рівень самооцінки, що пов'язано із типовими віковими тенденціями до підвищення самооцінки. Водночас у групах ОГ2д (дівчата-студентки 20 років й старші) та ОГ2ю (юнаки-студенти 20 років й старші) переважають респонденти із середнім рівнем самооцінки, що може вказувати на більш зрілу й реалістичну оцінку себе. Таким чином, у кожній групі з груп є представники із різними рівнями самооцінки, причому адекватна самооцінка є найбільш поширеною серед всіх груп, що засвідчує реалістичність сприйняття студентами власної особистості.

Аналізуючи рівні самооцінки згідно тесту В. Соніна «Хто я є в цьому світі?» із урахуванням груп дослідження (ОГ1д, ОГ1ю, ОГ2д, ОГ2ю) та рівнів їх самооцінки, встановлено, що серед дівчат-студенток 17-19 років (ОГ1д) 5,90% мають завищену самооцінку. Також виявлено тенденцію до завищення у 17,70% досліджених, адекватну самооцінку – у 41,20%, тенденцію до заниження самооцінки – у 23,50%, а явно занижену самооцінку – у 11,70% досліджених.

Згідно з методикою С. Будасі, досліджуючи самооцінку особистості, можна зробити висновок, що серед дівчат-студенток віком 17-19 років (ОГ1д) є як завищеною, так і зі зниженою самооцінкою, що свідчить про варіативність їхнього психологічного стану. У групі юнаків того ж віку (ОГ1ю) спостерігається більший відсоток осіб із середньою та високою адекватною самооцінкою, що може вказувати на більшу впевненість представників цієї групи.

Серед дівчат-студенток віком 20 років й старші (ОГ2д) більшість має адекватну самооцінку, що свідчить про стабільне самоприйняття. Подібна

ситуація спостерігається й у групі юнаків-студентів віком 20 років й старших (ОГ2ю), хоча деякі із них мають тенденцію до завищеного рівня самооцінки.

Згідно результатів опитувальника задоволеності навчальною діяльністю Л. Міщенко, серед дівчат-студенток (ОГ1д, ОГ2д) задоволеність навчанням вища, ніж серед юнаків (ОГ1ю, ОГ2ю). Дівчата-студентки, незалежно від віку, висловлюють менше абсолютної незадоволеності навчальним процесом порівняно із юнаками-студентами.

На основі результатів дослідження можна зробити такі висновки: студенти у цілому мають високу й середню адекватну самооцінку, позитивне загальне задоволення навчанням. Водночас є тенденція до зміни високої-неадекватної самооцінки на середню-адекватну чи низьку, що може свідчити про правильність самовизначення студентів, адекватне оцінювання власних професійних можливостей, сприяння їх професійному самовдосконаленню в майбутньому.

Отримані нами результати дослідження можуть стати підґрунтям для подальших досліджень, спрямованих на вивчення особливості самооцінки в різних вікових і статевих групах. Аналіз отриманих нами результатів, дозволяє глибше зрозуміти взаємозв'язок між статтю, віком та самооцінкою студентської молоді, а також може стати основою для розробки подальших досліджень, психокорекційних програм реалізація яких сприятиме кращому розумінню потреб і особливостей різних груп студентів у процесі розвитку їх самосвідомості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрущенко І.Г. Самооцінка особистості як компонент особистісно орієнтованого розвитку в юнацькому віці. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*. Серія 12. Психологічні науки: збірник наукових праць. К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2016. № 4 (49). С. 191-197.
2. Асєєва Ю.О. Особливості самоставлення кіберадиктів. *«Габітус»* Випуск 20, 2020 С.31-35
3. Бахвалова А. Структура самооцінки та професійної самооцінки у зарубіжних теоріях. *Perspectives of science and education*. 2019. С. 465-470.
4. Бегеза Л.Є. Кайзерова А.В. Соціально-психологічні концепти самооцінки особистості. Сучасні аспекти модернізації науки: стан, проблеми, тенденції розвитку. Київ. 2022. С. 170-174.
5. Бондаренко Д.С. Самооцінка особистості. Чернігів: Освіта, 2015. 129 с.
6. Будаєв В. Д., Олексюк О. Є. Особливості студентської молоді як суб'єкта освітнього простору університету. *Науковий вісник МНУ імені В. О. Сухомлинського. Педагогічні науки*. 2018. № 4 (63). С. 34–42.
7. Гагарін М.І., Кошляба А.П. Особливості формування дослідницької компетентності студентської молоді в педагогічних закладах вищої освіти. *Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка»)*. 2023. № 12(30). С.159-167.
8. Горіна О.Т. Соціально-психологічні особливості студентів при дистанційній формі навчання. *Наукові перспективи. Наука і техніка сьогодні*. Серія. Вип. №14 (14). 2022. С.197-207.
9. Видолоб Н.О. Проблема самооцінки особистості у контексті гуманістичної психології. *«Young Scientist»*. 2016. № 9.1 (36.1). С. 21-26.
10. Галкіна Т.В. Самооцінка як процес розв'язання завдань: системний підхід. Одеса: ДНУ «Інститут освітньої аналітики», 2017. 368 с.

11. Гідденс Є. Саттон Ф. Основні поняття в соціології. Одеса: Вища школи економіки, 2018. 368 с.
12. Гірняк А.Н. Поняттєво-категорійне поле і наукові підходи до розуміння взаємодії у психології. *Психологія і суспільство*. 2017. № 3. С. 112- 126.
13. Захарова А.В. Психологія формування самооцінки. Київ: Четверта хвиля, 2020. 98 с.
14. Ільїна Н.М. Загальна психологія в екзаменаційних питаннях і відповідях: навчальний посібник. Суми: Університетська книга, 2020. 239 с.
15. Калашник О.В., Кашпур Ю.М. Самооцінка та самоцінність – рушійна сила особистості в умовах сучасних реалій. Редакційна колегія: Головний редактор. 2022. С. 107-113.
16. Калюжна Є.М., Шевергіна М.В. Особливості взаємозв'язку самооцінки і тривожності у молодшому шкільному віці. *Актуальні проблеми педагогіки, психології та професійної освіти*: електронний науковий журнал. Запоріжжя, 2015. № 2, Ч. 2. С. 17-22.
17. Канівець Т.М., Матейчук Н.Г., Фесун Г.С. Психологія. Теоретичний та практичний аспекти : Навчальний посібник для студентів ВНЗ. Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2019. 260 с.
18. Козерук Ю.В., Євсейчик Я.О. Самооцінка як фактор становлення особистості. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. Серія: Педагогічні науки. 2015. Вип.124. С.163-165.
19. Козицька І.В., Ковальська О.О. Психологічні особливості самооцінки та рівня домагань підлітків. *Актуальні проблеми психології Психологія обдарованості*. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. С. 130-137.
20. Кулаков Р.С. Особливості становлення самооцінки та рівня домагань старшокласників як психологічних детермінант їх професійного самовизначення: автореф. дис. на здобуття наук.ступеня канд. психол. наук: спец.19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». Київ, Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова, 2013. 20 с.

21. Куниця Т.Ю. Вплив війни між Україною та Росією на формування соціальних орієнтацій учнівської молоді. Вісник науки та освіти. Вип. 6(6). 2022. С.161-171.
22. Карпенко О.Я. Соціально-педагогічна підтримка студентів в умовах війни. Наукові перспективи. Перспективи та інновації науки. Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина». Вип.12 (30).2023. с.267-274.
23. Максименко С.Д. Генеза здійснення особистості : наук. монографія. Київ : КММ, 2006. 255 с.
24. Психологія стресостійкості студентської молоді / За заг. ред. В. Шмаргуна. Київ : Видавничий центр НУБіП України, 2018. 198 с
25. Матейчук Н.Г. Педагогічна психологія : навч. посіб. Н.Г. Матейчук, О.П. Степаненко. Чернівці: Технодрук, 2015. 240 с.
26. Мельничук С.К. Експериментальне дослідження психологічних особливостей впевненості в собі у раньому юнацькому віці. Інститут соціології, психології та управління НПУ імені М. Драгоманова м. Київ. Теоретичні та практичні наукові інновації. Підсекція 4. Організаційна психологія. 2020. С. 15-22.
27. Молчанова О.Н. Самооцінка: Теоретичні проблеми та емпіричні емпіричні дослідження. Київ: Наукова думка, 2021. 392 с.
28. Мурашко З.С. Питання самооцінки особистості. Київ: Освіта, 2013.201 с.
29. Мусіяка Н.І. До проблеми оцінкових ставлень у вітчизняній психологічній думці. *Актуальні проблеми психології*: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. К.: Видавництво «Фенікс», 2013. Т. XII. Психологія творчості. Випуск 17. С. 233-241.
30. Олійник О.О. Самооцінка як передумова професійного становлення студентів. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 1. С. 97-101.

31. Онуфрієва Л. Самооцінка як складова Я-концепції майбутніх фахівців соціономічних професій. *Проблеми сучасної психології*. К.: 2013. 396-412 с.
32. Папітченко Л.В. Теоретичний аналіз проблеми значущості самооцінки в структурі гідності особистості. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Психологічні науки*. 2020. № 12. С. 79-89.
33. Прокопенко Т. Теоретичні підходи до визначення поняття «самооцінка» в психолого-педагогічних дослідженнях. *Магістерський науковий вісник*. 2022. № 38. С. 70-73.
34. Смітанка В. Психологічний аналіз самооцінки у наукових дослідженнях зарубіжних та вітчизняних вчених. Зб. наукових праць Уманського державного педагогічного університету «*Наука. Освіта. Молодь*». 2016. Ч. 2. С. 168-170
35. American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). Washington, DC: *American Psychiatric Publishing*.
36. Arshad M., Zaidi S. & Mahmood D. (2015). Self-Esteem & Academic Performance among University Students. *Journal of Education and Practice*, 6(1), 156-162.
37. Bagci S.C. (2016). Does everyone benefit equally from self-efficacy beliefs? The moderating role of perceived social support on motivation. *J. Early Adolesc.* 38, 1-16.
38. Batool S.S., Khursheed S. and Jahangir H. (2017). Academic procrastination as a product of low self-esteem: a mediational role of academic selfefficacy. *Pak. J. Psychol. Res.* 32, 195-211.
39. Bruno U.D. & Njoku J. The Role of the Teacher in Improving Students Self Esteem. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development* January, 31, p. 4(7). 2014. P. 53.

40. Cameron J.J. and Granger S. (2019). Does self-esteem have an interpersonal imprint beyond self-reports? A meta-analysis of self-esteem and objective interpersonal indicators. *Personal. Soc. Psychol. Rev.* 23, 73-102.
41. Cameron J.J., MacGregor J., & Kwang T. (2013). Badge of honor or mark of shame: Self-esteem as an interpersonal signal. In V. Zeigler-Hill (Ed.), *Selfesteem*. London: Psychology Press. P. 145-162.