

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ
УНІВЕРСИТЕТ МИТНОЇ СПРАВИ ТА ФІНАНСІВ
Факультет управління
Кафедра психології**

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
за першим (бакалаврським) рівнем вищої освіти**

**Роль самооцінки та ціннісних орієнтацій у самоставленні
студентської молоді»**

Спеціальність: 053 Психологія

Освітня програма: Психологія

ВИКОНАВ:

*студентка групи ПС22-3
Медведєва Валерія Владиславівна*

КЕРІВНИК:

*канд. психол. наук, доц.
Салюк Марина Анатоліївна*

РЕЦЕНЗЕНТ:

*к. психологічних н., завідувач кафедри
психології
«ДАНО» ДОР
Ковальчук Олена Степанівна*

ДОПУЩЕНО ДО ЗАХИСТУ:

Завідувач кафедри психології

С

К

Л

Я

Н

С

Ь

К

А

О

Л

Ь

м. Дніпро

АНОТАЦІЯ

Медведєва В.В. Роль самооцінки та ціннісних орієнтацій у самоставленні студентської молоді.

У кваліфікаційній роботі досліджено взаємозв'язок між самооцінкою та ціннісними орієнтаціями як ключовими чинниками самоставлення особистості в період пізньої юності.

У теоретичному розділі розкрито психологічний зміст «Я-концепції» та проаналізовано роль ціннісних орієнтацій у системі саморегуляції студентів. Емпіричне дослідження проведено з використанням шкали самооцінки М. Розенберга, методики М. Рокіча та опитувальника В. Століна і С. Пантелєєва.

Встановлено переважання середнього рівня самооцінки (82,4% респондентів) та домінування в ієрархії студентів цінностей здоров'я, сім'ї та відповідальності. Виявлено статистично значущі кореляційні зв'язки між рівнем самооцінки та компонентами самоставлення (самоприйняттям, самоінтересом). Підтверджено гіпотезу про те, що процес самоставлення забезпечується інтегрованим впливом самооцінки та ціннісної сфери особистості.

Практичне значення роботи полягає у розробці рекомендацій для психологічних служб ЗВО щодо супроводу студентів, розвитку їхньої рефлексії та гармонізації самоставлення в умовах сучасних викликів.

Ключові слова: самооцінка, ціннісні орієнтації, самоставлення, студентська молодь, «Я-концепція», юнацький вік.

SUMMARY

Medvedieva V.V. The role of self-esteem and value orientations in the self-establishment of student youth.

The qualification paper examines the relationship between self-esteem and

The theoretical section reveals the psychological content of the "self-concept" and analyzes the role of value orientations in the system of students' self-regulation. The empirical study was conducted using the M. Rosenberg Self-Esteem Scale, M. Rokeach's Value Survey, and the self-attitude questionnaire by V. Stolin and S. Panteleev.

The findings indicate a predominance of the average level of self-esteem (82.4% of respondents) and the dominance of health, family, and responsibility values in the students' value hierarchy. Statistically significant correlation links were identified between the level of self-esteem and the components of self-attitude (self-acceptance, self-interest). The hypothesis that the process of self-attitude is driven by the integrated influence of self-esteem and the personal value sphere was confirmed.

The practical significance of the work lies in developing recommendations for higher education psychological services regarding student support, the development of their reflection, and the harmonization of self-attitude under modern challenges.

Keywords: self-esteem, value orientations, self-attitude, student youth, self-concept, adolescence.

ЗМІСТ

В
С

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ

Ч

Н

М.....

1.2. Теоретичні підходи до вивчення самооцінки та самоствавлення у

Е

В

Н

1.4. Трансформація самосвідомості та ціннісних орієнтацій молоді в

О

О

М

РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИ ЕМПІРИЧНОГО

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

РОЗДІЛ 3. АНАЛІЗ ТА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

О

Практичні рекомендації щодо психологічного супроводу самоствавлення

П

П

П

П

П

П

П

П

П

П

П

П

П

П

П

П

П

П

ВСТУП

Актуальність теми. У період пізньої юності студентська молодь постає перед необхідністю глибокого особистісного та професійного самовизначення, що вимагає сформованості стійкого та позитивного ставлення до власного «Я» [6, с. 112; 30, с. 156; 42, с. 22]. Самооцінка виступає центральним компонентом самосвідомості особистості, що забезпечує регуляцію поведінки, визначає рівень впевненості у власних можливостях, впливає на вибір життєвих стратегій і здатність до досягнення поставлених цілей [6, с. 114; 22, с. 42; 42, с. 25]. Водночас важливим фактором самоставлення є ціннісні орієнтації, які визначають життєві пріоритети, смислову спрямованість діяльності та загальний вектор особистісного розвитку [12, с. 45; 25, с. 234; 39, с. 65].

Вітчизняні та зарубіжні науковці часто розглядають проблему самооцінки, яку вони трактують як психологічний компонент Я-концепції, що впливає на формування характеристик, мотивацію та поведінку. Ціннісні орієнтації особистості досліджуються в межах аксіологічного підходу як відносно стійка система переконань, що визначає вибір цілей та способів діяльності [40, с. 94; 54; 56]. Однак питання їх взаємозв'язку та впливу на самоставлення студентської молоді в умовах сучасних викликів потребує подальшого комплексного вивчення.

Актуальність дослідження зумовлена особливостями розвитку сучасного українського суспільства, що перебуває в умовах глибоких соціальних трансформацій, зокрема в період воєнного стану. Практика свідчить, що ефективність особистісного розвитку студентів визначається не лише рівнем їх інтелектуальних здібностей, але й психологічними чинниками, серед яких провідне місце посідає самооцінка. Враховуючи, що молоді люди перебувають у процесі інтенсивного формування цінностей, етичних принципів і самооцінки, проблема саморозвитку для учнів стає особливо актуальною.

В умовах сучасних суспільних змін спостерігається трансформація ціннісних орієнтацій молоді, що пов'язано з переосмисленням життєвих смислів і соціальних норм [8, с. 45; 11, с. 15; 19]. Студентська молодь виступає носієм нових соціокультурних орієнтирів, тому дослідження особливостей її самосвідомості, самооцінки та ціннісної сфери є важливим як з теоретичної, так і з практичної точки зору.

Мета дослідження полягає у вивченні та аналізі ролі самооцінки та ціннісних орієнтацій у самоставленні студентської молоді.

Об'єкт дослідження - самоставлення особистості в студентському віці.

Предметом дослідження ми визначаємо самооцінку та ціннісні орієнтації як психологічні чинники самоставлення студентської молоді.

Згідно мети було поставлено наступні **завдання**:

дійснити теоретичний аналіз науково-психологічної літератури щодо особливостей самооцінки, цінностей та самоставлення у студентському віці; узагальнити теоритичні підходи.

ослідити рівень самооцінки та проаналізувати структуру ціннісних орієнтацій студентської молоді.

иявити взаємозв'язки між показниками самооцінки та ціннісних орієнтацій.

загальнити результати дослідження та сформулювати висновки щодо зазначених психологічних чинників у процесі самоставлення студентської молоді.

озробити практичні рекомендації щодо психологічного супроводу та гармонізації самоставлення студентів.

Наукову гіпотезу диплому було сформульовано так: самоставлення студентської молоді зумовлюється взаємопов'язаним впливом самооцінки та системи ціннісних орієнтацій особистості, які

визначають особливості самосприйняття, життєвих пріоритетів і напрямів особистісного розвитку.

Методологія дослідження: теоретичні методи (аналіз, узагальнення, систематизація наукової літератури); емпіричні методи (психодіагностичні методики, опитування, тестування); статистичні (методи статистичної обробки даних, коефіцієнт кореляції Пірсона).

Методики дослідження. Вибір психодіагностичних методик здійснювався відповідно до мети дослідження та його завдань. У дослідженні було використано такі методики:

шкала самооцінки М. Розенберг (український переклад): призначена для визначення рівня загальної самооцінки особистості та ступеня її самоприйняття.

методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча: використовується для дослідження ієрархії цінностей особистості та визначення її життєвих пріоритетів.

тест-опитувальник самоставлення В. Столін та С. Пантелєєв: дозволяє дослідити структуру самоставлення, зокрема рівень самоповаги, самоприйняття та внутрішньої узгодженості особистості.

Обрані методики відповідають меті дослідження та дозволяють оцінити емоційно-оцінний, емоційно-ціннісний і смислово-мотиваційний рівні самоставлення студентської молоді, що забезпечує цілісність та багатовимірність дослідження.

Емпірична база дослідження. У дослідженні взяли участь 34 здобувачі освіти віком 18–23 років, 1–4 курсів закладів вищої освіти.

Теоретико-методологічну основу дослідження становлять положення психології особистості, концепції самосвідомості, «Я-концепції», саморегуляції поведінки та теорії ціннісних орієнтацій.

Практичне значення дослідження. Результати дослідження можуть бути використані в практиці психологічного супроводу та консультування, освітньому процесі, розробці програм соціалізації та формування ціннісних орієнтацій студентської молоді.

Структура роботи: кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків. Зміст роботи висвітлено на 54 сторінках основного тексту.

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ САМОСВІДОМОСТІ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Психологічна характеристика структури «Я-концепції» у юнацькому віці

Проблема «Я-концепції» посідає центральне місце у психології особистості, оскільки відображає систему уявлень людини про себе, що формується у процесі соціалізації та індивідуального розвитку. Науковці визначають «Я-концепцію» як сукупність усіх уявлень індивіда про себе, що нерозривно пов'язані з їхньою оцінкою та формують певну установку по відношенню до самого себе.

Згідно з загальноприйнятими психологічними підходами (зокрема Р. Бернса та вітчизняних дослідників), у структурі «Я-концепції» виділяють три базові компоненти [2, с. 14; 10, с. 226]:

огнітивна складова («Я-образ»): включає систему знань і уявлень особистості про власні якості, здібності, зовнішність, соціальну значущість та ролі. Це описовий елемент, через який індивід відповідає на питання «хто я?».

моційно-оцінна складова (афективна): відображає ставлення особистості до себе загалом або до окремих своїх якостей. Провідним елементом тут виступає самооцінка, яка може виявлятися через самоповагу, самоприйняття або, навпаки, самоприпинення та почуття неповноцінності. Також до цієї сфери відносять рівень тривожності та емоційну стійкість.

оведінкова складова (регулятивна): є потенційною реакцією, що виникає внаслідок взаємодії перших двох компонентів. Вона включає конкретні дії, саморегуляцію та самоконтроль у різних видах діяльності.

Модальності «Я-концепції». У психології юності розрізняють кілька функціональних ракурсів або модальностей образу власного «Я»:

еальне «Я»: уявлення про те, яким індивід є насправді в даний момент (його актуальні здібності та статус).

деальне «Я»: образ того, яким індивід прагне стати, його орієнтир для саморозвитку.

зеркальне «Я» (соціальне): уявлення індивіда про те, як його сприймають і оцінюють оточуючі (батьки, друзі, колеги).

Для юнацького періоду характерним є активний пошук рівноваги між «Я-реальним» та «Я-ідеальним». Значна невідповідність між цими модальностями часто породжує внутрішнє напруження, тривогу та фрустрацію, оскільки «Я-ідеальне» на цьому етапі зазвичай має фантазійний характер і не підкріплене об'єктивними даними.

Вікові особливості в юнацькому періоді (15–25 років).

Юнацький вік є сензитивним періодом для остаточного оформлення цілісного почуття «Я». Основними новоутвореннями цього етапу є:

- Розвиток рефлексії: поглиблене самопізнання та усвідомлення власної індивідуальності.
- Криза ідентичності: за Е. Еріксоном, саме в юності відбувається активний пошук Его-ідентичності, а будь-які труднощі в цьому процесі призводять до змішування ролей та невпевненості [47, р.
- Життєве та професійне самовизначення: поява усвідомленого життєвого плану та вибір професійної траєкторії стають центральними завданнями.
- Зміна соціальних опор: провідними детермінантами формування «Я-концепції» стає спілкування з однолітками, коханою людиною та професійне середовище, хоча сім'я залишається важливою базовою підтримкою.

Негативна «Я-концепція» в цьому віці характеризується підвищеною тривожністю, замкнутістю та заниженою самооцінкою, тоді

як позитивна сприяє відкритості до нового досвіду та ефективній соціальній адаптації.

Отже, у юнацькому віці «Я-концепція» постає як складна багатовимірна структура, що охоплює когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти й відіграє важливу роль у процесі самоставлення особистості. Її формування пов'язане з розвитком самосвідомості, становленням ідентичності та узгодженням уявлень про себе з соціальним досвідом. Особливе значення при цьому мають такі компоненти, як самооцінка та самоставлення, що зумовлює необхідність їх більш детального теоретичного аналізу.

1.2. Теоретичні підходи до вивчення самооцінки та самоставлення у психологічній літературі

Самооцінка та самоставлення є фундаментальними компонентами «Я-концепції», які відображають емоційно-ціннісне ставлення індивіда до власної особистості, визначаючи ключові аспекти його поведінки та процеси саморегуляції.

У межах психологічної науки ці явища аналізуються з позицій різних теоретичних підходів, кожен з яких пропонує власне трактування їхньої природи, структурних характеристик та функціональної ролі. Вітчизняні психологи пояснюють самооцінку як оцінку людиною себе, своїх достоїнств і недоліків, а також зазначає, що поведінка особистості регулюється за допомогою самооцінки [15, с. 142; 42, с. 23].

Психодинамічний підхід. Фрейд і його послідовники вважали, що самооцінка формується через процеси, які відбуваються в підсвідомості та ранньому досвіді [49, р. 34]. У психоаналітичному розумінні внутрішній конфлікт між Его, Супер-Его та Ід впливає на ставлення людини до себе. Для дослідження таких процесів використовують проєктивні методики, аналіз сновидінь, глибинні інтерв'ю. Сильними

сторонами є фокус на внутрішніх мотивах і механізмах захисту (утворення психосоматичних симптомів), але слабкими – труднощі об'єктивної перевірки та недостатня емпірична підтримка у вітчизняних дослідженнях.

Когнітивно-біхевіоральний підхід. Згідно з ним самооцінка і самоприйняття залежать від ірраціональних переконань і когнітивних схем. Наприклад, в основі цього підходу – ідея, що саме думки та переконання впливають на емоції й дії. Практично фіксується три рівні когніцій: автоматичні думки, правила життя та глибинні переконання. Методи дослідження – стандартизовані опитувальники (наприклад, Шкала Розенберга), експериментальні завдання, а також психотерапевтичні інтервенції (КПТ-терапія з роботою над переконаннями) [55, р. 12]. Сильними сторонами є наукова обґрунтованість (багато досліджень підтверджують ефективність КПТ) і конкретні терапевтичні техніки. Слабким є механістичне звуження самооцінки до схем мислення та недостатня увага до емоційної складової й соціальних контекстів.

Гуманістичний підхід. Представники (Маслоу, Роджерс та ін.) розглядають самооцінку як результат самореалізації і потреб людини [52, . Цінності пов'язуються з «Я-самістю» – це ті потреби, які людина вважає найважливішими. У цьому підході ключові поняття – самоактуалізація, безумовне позитивне прийняття (роджерсіанський підхід), гармонія внутрішніх мотивів. Для досліджень застосовують якісні методи (заповнення шкал самоактуалізації, опитування «Хто я?», проєктивні методи, інтерв'ю), а в прикладній практиці – центрову терапію або тренінги розвитку особистості. Переваги – позитивний фокус на ресурсах особистості, цілісність з урахуванням переживань; недоліки – розмитість дефініцій самооцінки, відсутність чітких кількісних вимірювань, складність перевірки гіпотез.

Соціально-когнітивний підхід. Сформований Альбертом Бандурою, він підкреслює роль самомотивації, апропріації і соціального навчання [44, р. 210]. Наприклад, концепція самоефективності пояснює, як віра в власні здібності впливає на впевненість у собі. Методами є експерименти з моделюванням поведінки і опитувальники (зокрема оцінки самоефективності). Застосування – соціально-психологічне консультування, тренінги лідерства, посилення впевненості через рольові моделі. У вітчизняній літературі цей підхід розвинений слабо: відсутні систематичні емпіричні дослідження впливу соціального середовища на самооцінку підлітків і дорослих.

Системний підхід. Розглядає особистість у контексті зовнішніх систем (сім'ї, групи, суспільства). У цій перспективі самооцінка залежить від стилю взаємодії з іншими. Наприклад, системна корекція самооцінки підлітків передбачає залучення батьків до терапії, оскільки стиль виховання прямо впливає на самооцінку дитини. Методи – сімейне консультування, групова терапія, аналіз сімейних позицій. Переваги – урахування соціального оточення та міжособистісних зв'язків. Недоліками ж виступають – складність вимірювання (складна система чинників), обмежена теоретична розробленість у нашій психології.

Аксіологічний, або ціннісно-орієнтаційний підхід. Вважає цінності глибинним джерелом мотивації і регуляції особистості. Провідні цінності визначають спрямованість діяльності і особистісну ієрархію цілей. Д. Леонт'єв, зокрема, показав, що цінності утворюють «блоки» (наприклад, протиставлення цінностей здоров'я vs пізнання), що впливає на самоствердження [39, с. 66; 54, р. 42]. Методами дослідження є опитувальники цінностей (шкали Шварца, опитники Рокіча), глибинні інтерв'ю про сенси життя, аналіз життєвих цілей. Емпірична підтримка помірна – наводяться кореляції між ієрархією цінностей і різними показниками саморегуляції і психологічного добробуту. Наприклад, встановлено, що узагальнені результати

самопізнання та емоційно-ціннісне ставлення до себе втілюються у відповідну поведінку, яка визначає ефективну саморегуляцію. Сильна сторона аксіологічного підходу – інтеграція особистісних смислів у самосвідомість; слабкі сторони – абстрактність і міжіндивідуальна варіабельність цінностей, які важко чітко виміряти.

У вітчизняній психології важливий внесок у дослідження самосвідомості зробив Сергій Максименко, який розглядав самооцінку як динамічне утворення, що формується в процесі діяльності та взаємодії особистості із соціальним середовищем [24, с. 14]. Самооцінка та самоставлення тісно пов'язані, проте вони відрізняються за своїм змістом. Самооцінка відображає рівень оцінювання особистістю самої себе, тоді як самоставлення охоплює ширший спектр емоційно-ціннісного ставлення до власної особистості.

Самооцінка традиційно розглядається як центральний елемент самосвідомості та фундаментальна складова «Я-концепції». Згідно з науковим підходом М. Розенберга, самооцінка визначається як глобальне ставлення особистості до себе, що відображає рівень її самоповаги [55, Адекватна самооцінка виконує функцію внутрішнього регулятора поведінки та забезпечує емоційну стійкість особистості.

Поняття самоставлення, у трактуванні В. Століна та С. Пантелєєва, є багатовимірною структурою, яка охоплює самоповагу, аутосимпатію і самоприйняття. Його психологічна сутність виражається у здатності особи емоційно оцінювати свою унікальність і важливість.

Наукова література підкреслює динамічну взаємодію між самооцінкою та самоставленням. Самооцінка становить когнітивну основу самоставлення і надає йому емоційно-ціннісного змісту. У підлітковому віці цей взаємозв'язок набуває особливого значення, оскільки формування позитивного самоставлення, зокрема таких його елементів, як упевненість у собі, відчуття власної цінності та

самоприйняття, є передумовою ефективної емоційної регуляції та психологічного благополуччя.

Самооцінка і самоставлення є нерозривно пов'язаними та разом утворюють взаємодоповнювальні компоненти самосвідомості, тобто Я-концепції особистості. Самооцінка виступає когнітивним способом оцінювання власних рис і можливостей, тоді як самоставлення відображає емоційно-ціннісне ставлення до себе. Крім того, саме самооцінка лежить в основі формування самоставлення, адже результати оцінювання власної особистості безпосередньо впливають на рівень самоприйняття, самоповаги та внутрішньої рівноваги. Водночас самоставлення також може впливати на самооцінку, сприяючи її стабілізації або зміні під впливом набутого досвіду. Така взаємозалежність забезпечує цілісність самосвідомості, що є важливою умовою регуляції поведінки та розвитку особистості.

Отже, самооцінка та самоставлення є тісно пов'язаними компонентами самосвідомості, які впливають на процес формування уявлення особистості про саму себе та визначають її поведінкову регуляцію. Їх формування зумовлене як індивідуально-психологічними особливостями, так і соціальними чинниками, серед яких особливе значення мають ціннісні орієнтації, що визначають принципи та смисл життєдіяльності особистості. З метою цілісного розуміння феномену самооцінки слід об'єднувати підходи. Психодинамічний надає глибинного аналізу, когнітивно-біхевіоральний – практичних технік, гуманістичний – спрямованості на особистісний потенціал. Всі вони у певній мірі враховують роль ціннісних смислів: цінності виступають як «компас» особистості, що формує спрямованість дій і ставлення до себе.

1.3. Роль ціннісних орієнтацій у саморегуляції та самостановленні особистості

Проблема ціннісних орієнтацій є однією з найбільш фундаментальних у сучасній психологічній науці, оскільки вона зачіпає саму сутність людського буття, механізми вибору, самодетермінації та життєвого шляху особистості [39, с. 65; 40, с. 95]. Ціннісні орієнтації сприймають як ключовий механізм саморегуляції особистості. Відповідно до цього підходу, головні цінності забезпечують орієнтири для постановки цілей і оцінки власного «Я». У контексті саморегуляції та самоставлення ціннісні орієнтації виконують роль внутрішнього компаса, що дозволяє людині не просто реагувати на зовнішні стимули, а активно конструювати власну реальність, виходячи з внутрішньо прийнятих ідеалів та принципів.

Вивчення сучасного стану проблеми свідчить про значну термінологічну неоднозначність категорії «цінності». У психологічних розвідках спостерігається певна недиференційованість понять «цінності», «ціннісні орієнтації», «установка», «спрямованість особистості» та «позиція». Проте більшість дослідників сходяться на тому, що ціннісні орієнтації – це складні психологічні утворення, які є елементами структури особистості та виражають свідоме ставлення людини до соціальної дійсності [40, с. 96]. Вони визначають широку мотивацію поведінки та впливають на всі аспекти людської діяльності.

Цінності в психології співвідносяться з бажаннями, потребами та ідеалами, представляючи те, чому людина надає особливого значення у світі, людях та культурі. Процес їх формування нерозривно пов'язаний із соціалізацією – проникненням суспільної інформації в індивідуально-психологічний світ особистості. Психологічна характеристика ціннісних орієнтацій подана нижче у табл. 1.1.

Таблиця 1.1

Психологічна характеристика ціннісних орієнтацій

<i>Характеристика</i>	<i>Психологічний зміст</i>
Структурна роль	Центр (ядро) свідомості, вища диспозиція особистості
Функціональна спрямованість	Регуляція поведінки, цілепокладання, оцінка дійсності
Динаміка	Формуються у процесі соціалізації, розвиваються через внутрішні кризи
Джерело розвитку	Взаємозв'язок індивіда з соціумом, засвоєння культурних ідеалів

Ціннісні орієнтації регулюють поведінку через функцію цілепокладання, де спрямованість на конкретні ідеали є основним психологічним проявом особистісної зрілості. Вони виступають регулятором особистісного становлення, слугуючи критерієм норм і правил поведінки, що набули для індивіда ціннісного значення.

Концепція ієрархії цінностей Мілтона Рокіча. Одним із найбільш впливових підходів до вивчення ціннісних орієнтацій є концепція американського психолога Мілтона Рокіча [54, р. 18]. Він визначав цінність як стійке переконання в тому, що певний спосіб поведінки або кінцева мета існування є особистісно або соціально кращими порівняно з протилежними способами чи цілями [54, р. 20].

М. Рокіч розрізняв два класи цінностей, що відповідає ділу на цінності-цілі та цінності-засоби [54, р. 28]:

ермінальні цінності: переконання в тому, що якась кінцева мета індивідуального існування варта того, щоб до неї прагнути (наприклад, активне діяльне життя, життєва мудрість, здоров'я, цікава робота, краса природи і мистецтва, любов, матеріально забезпечене життя, наявність хороших і вірних друзів, суспільне

визнання, пізнання, рівність, свобода, щасливе сімейне життя, творчість, упевненість у собі, щастя інших, розваги).

інструментальні цінності: переконання в тому, що якийсь образ дій або властивість особистості є кращим у будь-якій ситуації (наприклад, акуратність, вихованість, високі запити, життєрадісність, старанність, незалежність, непримиренність до недоліків, освіченість, відповідальність, раціоналізм, самоконтроль, сміливість у думках, тверда воля, терпимість, широта поглядів, чесність, ефективність у справах, чуйність).

Методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча, що була використана у нашому емпіричному дослідженні, базується на прямому ранжуванні цих списків, що дозволяє виявити індивідуальну ієрархію життєвих орієнтирів. Система ціннісних орієнтацій визначає змістовний бік спрямованості особистості, становить основу її відносин до світу, інших людей та самої себе.

Ця методика має універсальність і гнучкість, оскільки дозволяє аналізувати не лише індивідуальні профілі, а й групові тенденції, виділяючи «конкретні» та «абстрактні» цінності, цінності професійної реалізації чи особистого життя. Вона є інструментом глибокого проникнення в систему переконань людини, що лежить в основі її «філософії життя».

1.4. Трансформація самосвідомості та ціннісних орієнтацій молоді в умовах воєнного стану

Наразі вагом вплив на самосвідомість та ціннісні орієнтації української молоді має воєнний стан. Процеси трансформації колективної та індивідуальної свідомості, що розгортаються в українському суспільстві після 24 лютого 2022 року, мають

безпрецедентний характер за своєю інтенсивністю та глибиною [11, с.

Одним із ключових напрямів трансформації стала зміна національної ідентичності. До повномасштабної війни вона мала фрагментарний характер. Частина молоді сприймала Україну як територію проживання, а не як ціннісну спільноту. Після 2022 року відбувся різкий перехід до усвідомленої громадянської ідентичності. Частка молоді, яка ідентифікує себе як громадяни України, зросла до 80% [26, с. 14; 33, с. 282]. Це свідчить про консолідацію суспільства та формування єдиного національного ядра.

Трансформація самосвідомості проявляється у зміні позиції молоді. Відбувається відмова від ролі пасивного спостерігача. Молодь починає сприймати себе як активного суб'єкта соціальних змін. Це підтверджується високим рівнем віри у перемогу, який сягає близько 95% [34, с. 6].

Війна спричинила екзистенційну кризу, яка стала механізмом переоцінки цінностей [9, с. 12; 19, с. 23; 26, с. 45; 35, с. 112]. Молодь змушена відповідати на базові питання життя, безпеки та відповідальності. У результаті формується нова система ціннісних орієнтацій. Вона включає:

- Зростання значущості життя та безпеки;
- Посилення ролі сім'ї;
- Орієнтацію на соціальну користь;
- Перевагу духовних цінностей над матеріальними.

Важливим проявом трансформації є зростання соціальної активності. Волонтерська діяльність стала новою нормою. Частка молоді, залученої до волонтерства, зросла з 20% до 42% [9, с. 18]. При цьому 30% молодих людей почали волонтерити саме під час війни. Волонтерство виконує кілька функцій:

- Формує відповідальність і ініціативність;
- Розвиває емпатію;
- Знижує відчуття безпорадності;
- Сприяє самореалізації.

Паралельно формується феномен «горизонтальної спільноти». Молодь починає мислити категорією «ми», а не «вони». Зростає довіра до Збройних Сил України та волонтерських організацій. Це зміцнює соціальну згуртованість.

Суттєві зміни відбулися і в мовній ідентичності. Українська мова стала маркером приналежності та формою спротиву. Близько 80% російськомовної молоді підтримують розширення її використання.

Психоемоційний стан молодих людей характеризується високим рівнем стресу. Його відчувають до 88% населення. Водночас зберігається відчуття надії. Основними ресурсами підтримки виступають сім'я, друзі та нові соціальні герої, зокрема військові та волонтери.

Отже, воєнний стан став потужним чинником трансформації самосвідомості та ціннісних орієнтацій молоді. Формується новий тип особистості. Йому властиві громадянська відповідальність, соціальна активність, орієнтація на спільне благо та висока адаптивність до кризових умов.

Висновки до першого розділу

У результаті теоретичного аналізу наукової літератури з проблеми дослідження ролі самооцінки та ціннісних орієнтацій у самотановленні особистості можна сформулювати такі висновки:

изначено, що «Я-концепція» у юнацькому віці постає як складна багатокомпонентна система, яка охоплює когнітивну (образ Я), емоційно-оцінну (самоставлення) та поведінкову складові. У період пізньої юності цей конструкт набуває особливої значущості, оскільки молодь постає перед необхідністю глибокого особистісного та професійного самовизначення, що вимагає сформованості стійкого ставлення до власного «Я».

’ясовано, що самооцінка є центральним регулятором самосвідомості, який безпосередньо впливає на впевненість особистості у власних силах, вибір життєвих стратегій та рівень домагань. Психологічна сутність самоставлення, за концепціями В. Століна та С. Пантелєєва, полягає у його багатовимірності, що інтегрує самоповагу, аутосимпатію та самоприйняття, визначаючи здатність особистості емоційно оцінювати власну унікальність.

бґрунтовано роль ціннісних орієнтацій як вищої інстанції саморегуляції, що виступає ядром свідомості та визначає смисловий вектор діяльності людини. Встановлено, що ієрархія цінностей (зокрема за М. Рокічем) слугує внутрішнім критерієм норм і правил поведінки, що безпосередньо впливає на процес самоставлення через функцію цілепокладання.

иявлено особливості трансформації самосвідомості молоді в умовах воєнного стану, що характеризуються переосмисленням життєвих смислів та різким переходом до усвідомленої національної ідентичності (понад 80% респондентів ідентифікують себе як громадяни України). Екстремальні умови сьогодення вимагають від студентської молоді

високої мобілізації психологічних ресурсів, де адекватна самооцінка та стійкі цінності стають основою адаптивності.

Теоретичне вивчення зазначених феноменів дозволяє стверджувати, що самоставлення особистості в пізній юності забезпечується взаємопов'язаним впливом когнітивних оцінок себе та аксіологічних пріоритетів. Результати теоретичного аналізу стали підґрунтям для подальшої організації та проведення емпіричного дослідження, спрямованого на виявлення особливостей взаємозв'язку самооцінки та ціннісних орієнтацій у сучасних студентів.

РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ САМОСТАВЛЕННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

2.1. Мета, завдання та гіпотеза дослідження

Емпіричне дослідження ролі самооцінки та ціннісних орієнтацій у самостановленні студентської молоді базується на розумінні особистості як цілісної системи, де ставлення до себе та система життєвих пріоритетів виступають внутрішніми регуляторами поведінки.

Метою дослідження є теоретичне обґрунтування та емпіричне з'ясування психологічних особливостей взаємозв'язку між рівнем самооцінки та структурою ціннісних орієнтацій, а також визначення їхньої ролі у процесі формування самоставлення особистості в період пізньої юності.

Відповідно до мети були визначені такі **завдання дослідження**:

теоретичне: здійснити системний аналіз наукових підходів до вивчення самооцінки та ціннісної сфери особистості, уточнити зміст поняття «самоставлення» стосовно студентського віку.

методичне: обґрунтувати та сформулювати психодіагностичний комплекс, що дозволяє валідно оцінити рівень самооцінки, параметри самоставлення та ієрархію термінальних і інструментальних цінностей.

емпіричне: встановити якісні та кількісні характеристики самооцінки та ціннісних орієнтацій у студентів, виявити найбільш значущі для молоді ціннісні домінанти.

статистичне: за допомогою методів математичної статистики (кореляційного аналізу) перевірити наявність та характер зв'язків між компонентами самосвідомості та ціннісними структурами.

практичне: на основі отриманих даних розробити систему рекомендацій для психологічної служби ЗВО щодо супроводу процесів самоставлення та гармонізації самоставлення студентів.

Об'єктом дослідження є феномен самоставлення студентської молоді.

Предметом дослідження є роль самооцінки та ціннісних орієнтацій у самоставленні студентської молоді.

Гіпотези дослідження поділяється на такі категорії:

Основна гіпотеза. Існує статистично значущий взаємозв'язок між рівнем самооцінки та характером ціннісних орієнтацій; при цьому адекватна позитивна самооцінка сприяє актуалізації цінностей саморозвитку, творчості та автономії.

Додаткова гіпотеза. Студенти з низьким рівнем самооцінки або конфліктним самоставленням частіше орієнтовані на цінності конформізму та зовнішнього визнання, що може ускладнювати процес їхнього професійного та особистісного самоставлення.

2.2. Характеристика вибірки та етапів дослідження

Ефективність емпіричного дослідження ролі самооцінки та ціннісних орієнтацій у процесі самоставлення особистості залежить від правильного формування вибірки та чіткої організації етапів роботи. У цьому дослідженні вибірка формувалася шляхом цільового добору відповідно до мети, завдань і предмета дослідження.

У дослідженні взяли участь 34 студенти I–IV курсів закладів вищої освіти віком від 18 до 23 років. Обраний вік охоплює період пізньої юності, який у працях Е. Еріксона, Г. С. Костюка та І. С. Кона пов'язується з формуванням ідентичності, професійним самовизначенням і становленням ціннісних орієнтацій. У цей період відбувається активне формування «Я-концепції» та усвідомлення власного життєвого шляху.

У дослідженні брали участь лише повнолітні студенти різних спеціальностей. До вибірки не включалися особи молодші 18 та старші

23 років, а також ті, хто не має статусу студента. Участь була добровільною, із дотриманням принципу інформованої згоди.

Дослідження проводилося у дистанційному форматі, що було зумовлено як об'єктивними обставинами (воєнний стан, організація навчального процесу з елементами змішаного та дистанційного навчання), так і методичними міркуваннями. Дистанційна форма забезпечила комфортні умови для респондентів, знизила вплив ситуативних чинників, пов'язаних із присутністю дослідника, та дозволила охопити студентів різних закладів вищої освіти.

Для збору емпіричних даних було розроблено онлайн-анкету на платформі *Google Forms*, до якої було інтегровано три психодіагностичні методики у повному їх обсязі. Структура анкети передбачала послідовне проходження методик з обов'язковим ознайомленням респондентів із метою дослідження та умовами забезпечення конфіденційності.

Емпіричне дослідження проводилося поетапно, що забезпечило логічну послідовність та системність наукового пошуку.

Підготовчий етап. Проведено теоретичний аналіз наукових джерел з проблем «Я-концепції», самооцінки та ціннісних орієнтацій. На основі вивченої літератури уточнено понятійний апарат, сформульовано мету, завдання та гіпотези роботи. Також здійснено добір психодіагностичного інструментарію, виходячи з критеріїв валідності, надійності та наявності адаптації методик для україномовної вибірки.

Організаційно-методичний етап. Розроблено онлайн-форму для збору даних, підготовлено інструкції для респондентів та текст інформованої згоди. Проведено пілотне тестування анкети на обмеженій вибірці для перевірки зрозумілості запитань. За його результатами було адаптовано технічне подання методики М. Рокіча для коректного ранжування списків в умовах онлайн-опитування.

Етап збору емпіричних даних. Діагностика здійснювалася дистанційно через розповсюдження посилань на онлайн-анкету серед

студентської молоді. Процедура була уніфікованою і передбачала послідовне виконання трьох методик в одному сеансі:

- Шкала самооцінки М. Розенберга [55];
- Методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча [54];
- Тест-опитувальник самоствавлення В. Століна та С. Пантелєєва [22].

Середній час проходження комплексу тестів становив 35–45 хвилин.

Аналітичний етап. Отримані результати переведено у стандартизовані показники та систематизовано у середовищі Microsoft Excel. Статистична обробка даних включала:

- обчислення описових статистик (середнє арифметичне, стандартне відхилення);
- кореляційний аналіз за коефіцієнтом лінійної кореляції Пірсона;
- порівняння показників за гендерною ознакою за допомогою t-критерію Ст'юдента для незалежних вибірок.

Інтерпретаційний етап. Здійснено психологічний аналіз та узагальнення отриманих результатів у контексті теоретичних положень дослідження. Сформульовано остаточні висновки та розроблено практичні рекомендації щодо психологічного супроводу процесу самоствавлення студентів.

2.3. Обґрунтування вибору психодіагностичного інструментарію

Добір методик для дослідження ролі самооцінки та ціннісних орієнтацій у самостановленні студентів здійснювався за такими критеріями:

онцептуальна відповідність. Інструментарій дозволяє охопити три ключові рівні самосвідомості: емоційно-оцінний (самооцінка),

емоційно-ціннісний (самоствавлення) та смислово-мотиваційний (ціннісні орієнтації).

сихометрична спроможність. Обрані методики мають високі показники валідності та надійності, що підтверджено численними емпіричними дослідженнями.

даптованість та доступність. Використано методики, адаптовані для україномовної вибірки, які є зручними для проведення дистанційного опитування.

тичність та вікова адекватність. Матеріал відповідає віковим характеристикам студентської молоді та не створює надмірного психоемоційного навантаження.

З урахуванням визначених критеріїв до діагностичного комплексу увійшли такі методики:

кала самооцінки М. Розенберга: для визначення рівня загальної самооцінки;

ест-опитувальник самоствавлення В. Століна та С. Пантелєєва: для поглибленого аналізу емоційного ставлення до власного «Я»;

етодика «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча: для вивчення системи ціннісних пріоритетів особистості.

Комплексне застосування цих методів забезпечує багаторівневий аналіз процесу самоствавлення, що узгоджується з багатовимірною моделлю «Я-концепції» Р. Бернса.

Шкала самооцінки М. Розенберга.

- **Призначення:** Оцінка глобального (загального) рівня самооцінки. Методика є світовим стандартом завдяки високій надійності (α -Кронбаха в межах 0,77–0,88).
- **Структура:** Опитувальник містить 10 тверджень (5 прямих і 5 обернених), що мінімізує вплив соціальної бажаності відповідей.

Використовується чотирибальна шкала Лайкерта (від «повністю згоден» до «повністю не згоден»).

- **Оцінювання:** Сумарний бал варіюється від 0 до 30. Рівні самооцінки визначалися за стандартною схемою: 0–14 балів (низький), 15–24 бали (середній/адекватний), 25–30 балів (високий).
- **Обґрунтування:** Вибір методики зумовлений її лаконічністю, адаптованістю до онлайн-формату та фокусом на загальному ставленні до себе.

Методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча.

- **Призначення:** Вивчення ієрархічної структури ціннісної сфери особистості.
- **Структура:** Дослідження базується на ранжуванні двох груп цінностей:
 - ермінальні (18 цінностей-цілей життя);
 - нструментальні (18 цінностей-засобів досягнення цілей).
- **Оцінювання:** Аналіз проводиться на основі середніх рангів. Відповідно до отриманих результатів виокремлюються зони значущості: пріоритетна (1–6 ранги), середня (7–12) та периферійна (13–18).
- **Обґрунтування:** Методика дозволяє виявити як індивідуальні ціннісні профілі, так і загальні групові тенденції, що є важливим для порівняльного аналізу студентської вибірки.

Тест-опитувальник самоствавлення (ОСС) В. Століна та С. Пантелєєва.

- **Призначення:** Поглиблене вивчення багатовимірної структури самоствавлення.
- **Структура:** Опитувальник складається зі 110 пунктів, результати яких розподіляються за 9 шкалами: відкритість, самовпевненість, самокерівництво, дзеркальне «Я», самоцінність, самоприйняття, самоприв'язаність, внутрішня конфліктність та самозвинувачення.

- **Оцінювання:** Сирі бали переводяться у стандартні оцінки – стени (від 1 до 10). Значення 1–3 стени трактуються як низькі, 4–7 – як середні, 8–10 – як високі.
- **Обґрунтування:** На відміну від методики М. Розенберга, даний тест дозволяє диференціювати ставлення до себе, виокремлюючи як ресурсні, так і деструктивні компоненти «Я-концепції» студента.

Використання обраного комплексу методик дозволило реалізувати принцип тріангуляції: один і той самий феномен (самосвідомість) вивчався з різних позицій – когнітивної, структурної та ціннісно-смислової. Це значно підвищує обґрунтованість отриманих висновків. Одночасне застосування шкали самооцінки та опитувальника самоставлення дало змогу не лише зафіксувати загальний рівень оцінювання себе, а й проаналізувати його внутрішню структуру.

Для обробки емпіричних даних застосовано методи математичної статистики. Масив даних опрацьовано у програмі Microsoft Excel.

Статистичний аналіз включав такі процедури:

писова статистика: розрахунок середніх значень, стандартного відхилення, мінімальних та максимальних показників для визначення загальних тенденцій у вибірці.

аналіз частотного розподілу: визначення відсоткового співвідношення рівнів досліджуваних ознак.

кореляційний аналіз (коефіцієнт Пірсона): для виявлення взаємозв'язків між складниками самосвідомості.

порівняльний аналіз (t-критерій Стюдента): для перевірки значущості відмінностей між групами за гендерною ознакою.

Статистична значущість результатів визначалася на рівні $p \leq 0,05$, що відповідає стандартам психологічних досліджень.

Таким чином, сформований комплекс методів є цілісним та адекватним меті роботи. Він дозволяє системно дослідити самооцінку, самоствавлення та ієрархію цінностей студентів, а також встановити характер зв'язків між ними.

Висновки до другого розділу

У другому розділі обґрунтовано методичний комплекс та організаційні засади дослідження ролі самооцінки й ціннісних орієнтацій у самостановленні студентів. За результатами проведеної роботи сформульовано такі висновки:

ілісність підходу. Доведено, що вивчення самоставлення потребує аналізу трьох рівнів самосвідомості: когнітивно-оцінного (самооцінка), емоційно-ціннісного (самоставлення) та смислово-мотиваційного (ціннісні орієнтації). Це забезпечує всебічне розуміння внутрішніх механізмів розвитку особистості студента.

епрезентативність вибірки. Сформована група респондентів (34 особи віком 18–23 років) є однорідною за віковим та соціальним статусом, що дозволяє виявити специфічні особливості самосвідомості саме у студентський період. Рівномірний гендерний розподіл створює передумови для об'єктивного порівняльного аналізу.

істемність процедури. Дослідження реалізовано у п'ять етапів – від теоретичного аналізу та пілотного тестування до статистичної обробки та інтерпретації результатів. Така послідовність гарантує надійність збору даних та мінімізує вплив випадкових чинників.

алідність інструментарію. Психодіагностичний комплекс (методики М. Розенберга, М. Рокіча, В. Століна та С. Пантелєєва) реалізує принцип тріангуляції, дозволяючи розглянути предмет дослідження з різних теоретичних позицій. Використання методів математичної статистики (t-критерій Стюдента, кореляція Пірсона) забезпечує високий рівень достовірності та перевірку сформульованих гіпотез.

Розроблена методична база створює необхідне підґрунтя для переходу до аналізу емпіричних результатів, що становлять основний зміст третього розділу роботи.

РОЗДІЛ 3. АНАЛІЗ ТА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛІ САМООЦІНКИ ТА ЦІННОСТЕЙ У СТРУКТУРІ САМОСТАВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ

Аналіз рівнів самооцінки та ієрархії цінностей досліджуваних

Перший етап аналізу емпіричних даних спрямований на вивчення базових показників самооцінки та ціннісних орієнтацій студентів. Його мета полягає у формуванні загального уявлення про стан цих компонентів самосвідомості у досліджуваній вибірці. Окреслені «фонові» тенденції стануть підґрунтям для подальшого поглибленого аналізу структури самоставлення та встановлення системи кореляційних зв'язків між досліджуваними змінними. Результати за Шкалою самооцінки М. Розенберга наведено в таблиці 3.1.

Таблиця 3.1

Розподіл досліджуваних за рівнями самооцінки (n = 34)

Рівень самооцінки	Кількість респондентів	% від вибірки
Низький (0–14 балів)	3	8,8
Середній (15–24 бали)	28	82,4
Високий (25–30 балів)	3	8,8
Разом	34	100,0

Аналіз отриманих результатів свідчить, що переважна більшість досліджуваних – 28 осіб (82,4%) – має середній рівень самооцінки. Згідно з концепцією М. Розенберга, це відповідає адекватному сприйняттю власної особистості. Низький та високий рівні виявлені у рівних частках вибірки (по 8,8%). Загалом такий розподіл узгоджується з типовими показниками студентського віку та вказує на переважання стабільного самосприйняття у групі.

Середнє значення за вибіркою становить 20,8 бала ($SD = 4,1$), що наближає середньостатистичний результат до верхньої межі адекватного рівня. Водночас широкий діапазон значень (від 13 до 28 балів) демонструє помітну індивідуальну варіативність показників при загальній тенденції до збалансованої самооцінки.

Переважання адекватної самооцінки серед студентів є закономірним для періоду пізньої юності. У цьому віці відбувається стабілізація «Я-концепції», зменшується емоційна лабільність, притаманна підлітковому етапу, та формується відносно стійка система уявлень про власні можливості. Водночас наявність респондентів із низьким та високим рівнями самооцінки становить особливий інтерес для подальшого аналізу. У першому випадку це пов'язано з ризиками соціально-психологічної дезадаптації, у другому – з імовірним зниженням критичності до власної поведінки. Вивчення цих підгруп у межах кореляційного аналізу дозволить глибше розкрити внутрішню структуру процесу самоставлення молоді.

Наступним етапом емпіричного аналізу стало вивчення системи ціннісних орієнтацій респондентів. За результатами методики М. Рокіча було вибудовано групову ієрархію термінальних та інструментальних цінностей, що дозволило визначити пріоритетні життєві цілі та засоби їх досягнення у досліджуваній вибірці. Узагальнена картина ієрархії термінальних цінностей (цінностей-цілей) представлена у табл. 3.2.

Таблиця 3.2

Ієрархія термінальних цінностей (цінностей-цілей)

<i>Ранг</i>	<i>Термінальна цінність</i>	<i>Середній ранг</i>
1	Здоров'я (фізичне і психічне)	3,2
2	Щасливе сімейне життя	4,1
3	Любов (духовна і фізична близькість)	4,8
4	Наявність хороших і вірних друзів	5,4

<i>Ранг</i>	<i>Термінальна цінність</i>	<i>Середній ранг</i>
5	Впевненість у собі (внутрішня гармонія)	6,0
6	Активне діяльне життя	7,3
7	Цікава робота	7,9
8	Матеріально забезпечене життя	8,6
9	Життєва мудрість	9,1
10	Свобода	9,5
11–18	Інші цінності (пізнання, творчість, краса природи, рівність, розваги, суспільне визнання, щастя інших та ін.)	11,2–15,8

Аналіз результатів, представлених у табл. 3.2, дозволив встановити, що перші п'ять позицій в ієрархії **термінальних цінностей** студентів посідають цінності особистого життя та міжособистісної взаємодії: здоров'я, щасливе сімейне життя, любов, наявність вірних друзів та впевненість у собі.

Особливої уваги заслуговує домінування цінності **здоров'я** (середній ранг 3,2). Для молодіжного віку така пріоритетність є нетиповою, проте в умовах воєнного стану вона набуває екзистенційного значення, відображаючи потребу у фізичній та психологічній безпеці. Це підтверджує викладені у першому розділі тези про переоцінку цінностей під впливом екстремальних умов життя.

Високі ранги цінностей **«щасливе сімейне життя»** (4,1) та **«любов»** (4,8) узгоджуються з епігенетичною теорією Е. Еріксона. Для періоду пізньої юності розв'язання кризи «інтимність – ізоляція» через побудову близьких стосунків є нормативним завданням розвитку. П'ята позиція цінності **«впевненість у собі»** (6,0) вказує на усвідомлення респондентами важливості внутрішніх ресурсів як опори для самоставлення в нестабільних соціальних умовах.

Натомість цінності матеріального забезпечення (8,6), суспільного визнання та розваг опинилися у зоні низької значущості. Така структура ієрархії спростовує стереотип про меркантильність сучасної молоді та свідчить про зміщення акцентів у бік духовно-нематеріальної сфери та емоційної підтримки

Дослідження **інструментальних цінностей** виявило орієнтацію студентів на етичні та вольові засоби самореалізації. Найбільш значущими виявилися чесність, відповідальність, вихованість, життєрадісність та самоконтроль. Пріоритетність моральних категорій (чесність, відповідальність) свідчить про високу роль внутрішніх механізмів регуляції поведінки. Нижчі позиції таких цінностей, як «непримиренність до недоліків» та «високі запити», вказують на схильність молоді до гнучкості та конформізму в міжособистісних стосунках.

Узагальнюючи результати першого етапу аналізу, можна констатувати дві ключові тенденції:

а рівні самооцінки: переважання адекватних показників створює сприятливий когнітивний фундамент для особистісного розвитку.

а рівні ціннісної сфери: домінування орієнтації на міжособистісні стосунки та моральну саморегуляцію формує ціннісно-сміслову поле, у якому реалізується процес самоствавлення.

Окреслені закономірності дозволяють перейти до детального вивчення структури самоствавлення та виявлення кореляційних зв'язків між досліджуваними феноменами.

3.2. Особливості багатовимірної структури самоствавлення молоді

Згідно з теоретичною моделлю В. Століна та С. Пантелєєва, самоствавлення особистості розглядається як ієрархічне багатокomпонентне утворення, а не однорідна конструкція. Воно об'єднує низку відносно автономних модальностей, які перебувають у

складному динамічному взаємозв'язку. З огляду на це, вивчення глобальної самооцінки було доповнене аналізом внутрішньої структури самоставлення за дев'ятьма специфічними шкалами, що дозволило диференціювати емоційно-ціннісний компонент самосвідомості респондентів. Результати, виражені в стенах, наведено в табл. 3.3.

Таблиця 3.3

Середні показники за шкалами самоставлення (у стенах)

<i>Шкала</i>	<i>Середній стен</i>	<i>Інтерпретація</i>
1. Відкритість	5,2	середній рівень рефлексивної відкритості
2. Самовпевненість	6,1	помірно висока
3. Самокерівництво	6,3	достатній внутрішній локус контролю
4. Дзеркальне «Я»	5,8	позитивне очікування ставлення з боку інших
5. Самоцінність	6,4	позитивна оцінка власної особистості
6. Самоприйняття	6,7	добре прийняття себе
7. Самоприв'язаність	5,1	середня стабільність «Я»-концепції
8. Внутрішня конфліктність	4,8	помірний рівень внутрішніх суперечностей
9. Самозвинувачення	4,2	відносно низьке

Кількісний аналіз отриманих показників свідчить, що структура самоставлення студентів визначається домінуванням позитивних компонентів при помірному рівні внутрішньо-конфліктних переживань.

Найбільш вираженими у вибірці виявилися показники за шкалами:

- самоприйняття (6,7 стена);
- самоцінності (6,4 стена);
- самовпевненості (6,1 стена);

– самокерівництва (6,3 стена).

Такі значення свідчать про загальну схильність студентів до схвалення власного «Я», визнання своєї унікальності та впевненість у здатності керувати власним життям. Натомість найнижчі бали зафіксовано за шкалами самозвинувачення (4,2 стена) та внутрішньої конфліктності (4,8 стена), що вказує на відсутність гострих внутрішніх протиріч. Показники самоприв'язаності (5,1) та відкритості (5,2) перебувають у межах середньостатистичної норми.

Шкала самоприйняття виявилася найбільш вираженим компонентом у структурі самоствавлення досліджуваної молоді. Високі значення за цією шкалою свідчать про здатність студентів приймати себе разом із сильними та слабкими сторонами без вираженого самозасудження. Це має важливе значення для самоствавлення, оскільки самоприйняття є однією з базових умов психологічного благополуччя та відкритості до нового досвіду. Отримані результати узгоджуються з положеннями гуманістичного підходу К. Роджерса, відповідно до яких безумовне прийняття себе сприяє особистісному зростанню.

Шкала самоцінності відображає відчуття власної значущості та унікальності. Її високі показники у респондентів узгоджуються з уявленнями В. Століна про самоцінність як один із центральних компонентів ядра самоствавлення. Поєднання високих показників самоприйняття та самоцінності свідчить про більш зріле й цілісне ставлення особистості до себе.

Показники самокерівництва та самовпевненості перебувають на рівні, що вказує на помірно виражений внутрішній локус контролю та готовність респондентів брати відповідальність за власні рішення. Таке поєднання є сприятливим для завдань пізньої юності, пов'язаних із життєвим і професійним самовизначенням.

Низькі показники самозвинувачення та внутрішньої конфліктності свідчать про відсутність у більшості респондентів

виражених негативних переживань щодо власного «Я». Водночас ненульові значення цих шкал вказують на наявність певної самокритичності та рефлексії, що є нормальною складовою зрілої самосвідомості.

Показник відкритості має середнє значення, що може свідчити про помірну готовність до самопізнання та достатній, але не надмірний рівень рефлексії. Для студентського віку це є типовим, оскільки процеси усвідомлення власних особливостей ще перебувають у становленні.

Показник самоприв'язаності відображає міру стійкості уявлень про себе та готовність до змін. Середнє значення цього показника свідчить про відносну стабільність «Я-концепції» за одночасної відкритості до корекції власних уявлень під впливом нового досвіду.

Таблиця 3.4

Описова статистика основних показників самосвідомості

<i>Показник</i>	<i>Середнє</i>	<i>Ст. відхилення</i>	<i>Мін.</i>	<i>Макс.</i>
Самооцінка (бали за Розенбергом)	20,8	4,1	13	28
Самовпевненість	6,3	1,4	3	9
Самокерівництво	6,8	1,5	4	9
Дзеркальне «Я»	5,9	1,3	3	8
Самоцінність	6,7	1,4	4	9
Самоприйняття	7,2	1,3	4	9
Самоприв'язаність	6,1	1,5	3	8
Внутрішня конфліктність	5,6	1,6	2	8
Самозвинувачення	5,2	1,4	2	8

Показники стандартного відхилення за всіма шкалами перебувають у межах 1,3–1,6, що свідчить про помірну однорідність

вибірки. Водночас помітний діапазон мінімальних і максимальних значень, зокрема за шкалою самозвинувачення, вказує на наявність у групі респондентів із різними особливостями самоствавлення. Це означає, що в вибірці є як студенти з низьким рівнем самокритики, так і ті, для кого самозвинувачення є помітним компонентом самоствавлення. Отримані дані обґрунтовують доцільність подальшого кореляційного аналізу, який дасть змогу виявити зв'язок між цими показниками та рівнем самооцінки і ціннісними орієнтаціями.

Узагальнення результатів свідчить про те, що загальний профіль самоствавлення студентської молоді є сприятливим для процесу самоствавлення. Переважання позитивних показників, таких як самоприйняття, самоцінність і самокерівництво, на тлі помірних значень внутрішньої конфліктності та самозвинувачення створює психологічні передумови для активного життєвого самовизначення. Водночас середні показники відкритості вказують на наявність простору для подальшого розвитку рефлексії та самопізнання.

3.3. Кореляційний аналіз показників самосвідомості

Центральним етапом емпіричної перевірки гіпотези став кореляційний аналіз показників самосвідомості. Передбачалося, що між рівнем самооцінки та компонентами самоствавлення й ціннісними орієнтаціями існують статистично значущі зв'язки. Для перевірки цього припущення було обчислено коефіцієнти лінійної кореляції Пірсона між інтегральним показником самооцінки за М. Розенбергом і шкалами тесту-опитувальника самоствавлення В. Століна та С. Пантелєєва. З огляду на обсяг вибірки, критичні значення коефіцієнта Пірсона становили $r = 0,339$ при $p \leq 0,05$ та $r = 0,436$ при $p \leq 0,01$. Підсумкові значення коефіцієнтів наведено в табл. 3.5.

Таблиця 3.5

Коефіцієнти кореляції між самооцінкою та шкалами самоствавлення

(n = 34)

<i>Шкала самоствавлення</i>	<i>Коефіцієнт r</i>	<i>Характер зв'язку</i>
Самоприйняття	0,65**	позитивна, сильна
Самовпевненість	0,61**	позитивна, сильна
Самоцінність	0,58**	позитивна, помірно сильна
Самокерівництво	0,47**	позитивна, помірна
Дзеркальне «Я»	0,42*	позитивна, помірна
Відкритість	0,31	позитивна, слабка (незначуща)
Самоприв'язаність	0,18	слабка (незначуща)
Внутрішня конфліктність	-0,45**	негативна, помірна
Самозвинувачення	-0,51**	негативна, сильна

Примітка: * – статистична значущість зв'язку на рівні $p \leq 0,05$; ** – на рівні $p \leq 0,01$.

Отримані коефіцієнти дозволили виявити кілька змістовних закономірностей. **Найсильніший кореляційний зв'язок зафіксовано між рівнем самооцінки та самоприйняттям ($r = 0,65$; $p \leq 0,01$).** Це означає, що студенти з вищими показниками самооцінки мають більш виражене емоційне прийняття себе, включно з власними сильними і слабкими сторонами. Отриманий результат узгоджується з теоретичним положенням про те, що самоприйняття є важливою умовою формування стабільної позитивної самооцінки.

Другим за силою виявився зв'язок самооцінки із самовпевненістю ($r = 0,61$; $p \leq 0,01$). Отриманий результат підтверджує положення про те, що загальна самооцінка пов'язана з переживанням власної компетентності та здатності справлятися з життєвими завданнями. У практичному плані це свідчить, що розвиток

самовпевненості може сприяти підвищенню загального рівня самооцінки студентів.

Значущий позитивний зв'язок самооцінки із самоцінністю ($r = 0,58$; $p \leq 0,01$) вказує на те, що переживання власної значущості та унікальності входить до структури самооцінки. Дещо слабший, але статистично достовірний зв'язок виявлено між самооцінкою та самокерівництвом ($r = 0,47$; $p \leq 0,01$), а також між самооцінкою та шкалою дзеркального «Я» ($r = 0,42$; $p \leq 0,05$). Це свідчить про те, що самооцінка студента пов'язана не лише з безпосереднім ставленням до себе, а й з уявленням про те, як його сприймають інші. Отриманий результат підтверджує наявність соціальної складової самооцінки.

Другу групу результатів становлять негативні зв'язки самооцінки зі шкалами, які відображають проблемні аспекти самоставлення. **Найвиразнішим є зв'язок із самозвинуваченням** ($r = -0,51$; $p \leq 0,01$): вищий рівень самооцінки пов'язаний із меншою схильністю до самокритики та самозасудження. Аналогічна тенденція простежується і щодо внутрішньої конфліктності ($r = -0,45$; $p \leq 0,01$): зі зростанням самооцінки зменшується вираженість внутрішніх суперечностей і переживань неузгодженості між «Я-реальним» та «Я-ідеальним».

Окремої уваги заслуговують показники, що не досягли рівня статистичної значущості. Зокрема, виявлено **слабкий зв'язок самооцінки зі шкалою відкритості** ($r = 0,31$) та **майже відсутній зв'язок із самоприв'язаністю** ($r = 0,18$). Це свідчить про те, що рівень самооцінки не має прямої залежності від рефлексивної відкритості чи прагнення зберігати незмінним образ власного «Я».

Додатково було проаналізовано зв'язки між рівнем самооцінки та ієрархією термінальних цінностей за методикою М. Рокіча. Оскільки цінності в цій методиці ранжуються, для аналізу використано коефіцієнт рангової кореляції, а також проведено зіставлення середніх рангів цінностей у підгрупах з різним рівнем

самооцінки. Встановлено, що студенти з вищими показниками самооцінки частіше включали до пріоритетних такі цінності, як впевненість у собі, активне діяльне життя та цікава робота. У підгрупі з нижчим рівнем самооцінки вищі позиції посідали цінності, пов'язані із зовнішнім визнанням і матеріальним забезпеченням. Це свідчить про зв'язок рівня самооцінки з характером життєвих пріоритетів.

Щодо інструментальних цінностей, виражених лінійних зв'язків із самооцінкою не виявлено. Це може бути пов'язано з обмеженим обсягом вибірки та особливостями структури методики. Водночас якісний аналіз показав, що респонденти з вищим рівнем самооцінки частіше обирали такі цінності-засоби, як незалежність, тверда воля та здатність відстоювати власну позицію. Це опосередковано вказує на зв'язок позитивного самоставлення з орієнтацією на особистісну автономію.

Узагальнення результатів кореляційного аналізу дозволяє сформулювати такі висновки:

1. Виявлено статистично значущі зв'язки між рівнем самооцінки та компонентами самоставлення, що відображають як позитивне, так і негативне ставлення до власного «Я».
2. Найбільш вираженими є зв'язки із самоприйняттям, самовпевненістю та самоцінністю.
3. Негативні кореляції із самозвинуваченням та внутрішньою конфліктністю свідчать про зниження інтенсивності деструктивних переживань при вищому рівні самооцінки.
4. Зв'язок між самооцінкою та ціннісними орієнтаціями виявлено на рівні термінальних цінностей, що підтверджує роль ціннісної сфери у процесі самоставлення.

3.4. Практичні рекомендації щодо психологічного супроводу самоставлення студентської молоді

На основі результатів емпіричного дослідження розроблено комплекс рекомендацій, спрямованих на гармонізацію самосвідомості студентської молоді. Рекомендації адресовані фахівцям психологічних служб ЗВО, педагогічним працівникам та студентам.

Діагностичний напрям.

Моніторинг показників: Впровадження щорічного добровільного тестування (шкала М. Розенберга, опитувальник В. Століна та С. Пантелєєва, методика М. Рокіча) для відстеження динаміки самоставлення та ціннісних орієнтацій.

Виявлення груп ризику: Особливу увагу слід приділяти студентам із низьким рівнем самооцінки та високими показниками самозвинувачення для запобігання академічній дезадаптації та тривожним станам.

Розвивальний (тренінговий) напрям.

З огляду на встановлені кореляційні зв'язки, пріоритетними є такі блоки роботи:

Тренінг самоприйняття: (грунтуючись на кореляції $r = 0,65$ із самооцінкою). Фокус на вправах з інтеграції «Я-концепції», роботі з внутрішнім критиком та розвитку навичок самоспівчуття.

Розвиток самовпевненості та асертивності: (кореляція $r = 0,61$). Використання рольових ігор, технік асертивної поведінки та методів моделювання успішних соціальних взаємодій.

Розвиток рефлексивних навичок: Впровадження практик усвідомленості (mindfulness) та ведення щоденників самоспостереження для підвищення рівня відкритості та глибини самопізнання.

Консультативний напрям.

Індивідуальна підтримка: Надання допомоги студентам із дисгармонійним самоставленням у межах когнітивно-поведінкового, гуманістичного або схема-терапевтичного підходів.

Доступність та конфіденційність: Створення спрощеної системи запису (онлайн-форми) та забезпечення можливості дистанційного консультування, що є критичним в умовах воєнного стану.

Просвітницький напрям.

Психоедукація: Проведення вебінарів та інформаційних кампаній у соціальних мережах ЗВО на теми перфекціонізму, самодопомоги при стресі та дестигматизації психологічної допомоги.

Peer-to-peer підтримка: Залучення студентів-психологів старших курсів до проведення просвітницьких заходів серед однолітків.

Робота з ціннісною сферою та контекстом війни.

Ціннісно-орієнтовані інтервенції: Застосування технік АСТ-терапії (терапія прийняття та відповідальності) для узгодження життєвих цілей студентів із їхніми внутрішніми пріоритетами.

Розвиток резильєнтності: Програми з формування психологічної стійкості в умовах невизначеності.

Травмо-фокусована підтримка: Спеціалізована допомога студентам із досвідом ВПО або тих, хто постраждав від бойових дій (із використанням методів EMDR або TF-CBT).

Рекомендації для самодопомоги студентів:

1. Практикуйте рефлексію: ведіть щоденник думок для відстеження зв'язку між подіями та самоствавленням.
2. Розвивайте внутрішню підтримку: замінійте деструктивну самокритику на конструктивний аналіз помилок.
3. Звіряйте цілі з цінностями: регулярно аналізуйте, чи відповідають ваші дії вашим пріоритетам (здоров'я, родина, саморозвиток), а не зовнішнім очікуванням.
4. Турбуйтеся про ресурс: підтримуйте режим сну та фізичної активності як базовий фундамент психічного здоров'я.

Реалізація запропонованого комплексу рекомендацій у практиці психологічного супроводу студентської молоді сприятиме гармонізації

самоствалення, формуванню адекватної самооцінки та розбудові зрілої системи ціннісних орієнтацій, що у сукупності створить необхідні психологічні передумови для успішного самоствалення особистості в період пізньої юності. Водночас важливо підкреслити, що представлені рекомендації не є універсальним рецептом і мають адаптуватися до специфіки конкретного закладу освіти, особливостей контингенту студентів і ресурсів психологічної служби.

Висновки до третього розділу

У третьому розділі представлено результати емпіричного дослідження ролі самооцінки та ціннісних орієнтацій у структурі самоставлення студентської молоді. Аналіз отриманих даних дозволив сформулювати такі узагальнення:

1. **За показником загальної самооцінки** (шкала М. Розенберга) встановлено переважання середнього (адекватного) її рівня у 82,4% респондентів. Середнє значення ($M = 20,8$; $SD = 4,1$) свідчить про сформованість у більшості студентів стабільного та збалансованого сприйняття власного «Я», що є базовою передумовою успішного самоставлення.
2. **В ієрархії термінальних цінностей** (методика М. Рокіча) домінують цінності міжособистісних стосунків та психологічного благополуччя (здоров'я, сім'я, любов, впевненість). Пріоритетність цінності здоров'я ($rank = 3,2$) інтерпретується як наслідок екзистенційної переоцінки пріоритетів в умовах воєнного стану. Система інструментальних цінностей (чесність, відповідальність, самоконтроль) підтверджує орієнтацію молоді на внутрішні етичні механізми саморегуляції.
3. **Структура самоставлення студентів** (опитувальник В. Століна та С. Пантелєєва) характеризується вираженістю позитивних модальностей: самоприйняття (*6,7 стена*), самоцінності (*6,4 стена*) та самовпевненості (*6,1 стена*). Низькі показники самозвинувачення (*4,2 стена*) свідчать про загальну психологічну адаптованість вибірки та відсутність гострих внутрішніх протиріч.
4. **Результати кореляційного аналізу** підтвердили основну гіпотезу: самооцінка є інтегративним чинником, що визначає якість самоставлення. Виявлено найтісніші позитивні зв'язки самооцінки із самоприйняттям ($r = 0,65$; $p \leq 0,01$) та самовпевненістю ($r = 0,61$; $p \leq 0,01$). Негативні кореляції із самозвинуваченням ($r = -0,51$) та

конфліктністю ($r = -0,45$) доводять, що адекватна самооцінка виконує захисну функцію, знижуючи інтенсивність деструктивних переживань.

5. **Встановлено взаємозв'язок самооцінки та цінностей:** високий рівень самооцінки корелює з пріоритетністю цінностей автономії (впевненість, активність, праця), тоді як при зниженій самооцінці спостерігається компенсаторна орієнтація на зовнішнє визнання та матеріальне забезпечення.
6. **Розроблено практичні рекомендації,** що охоплюють діагностичний, тренінговий, консультативний та просвітницький напрями. Вони спрямовані на розвиток навичок самоприйняття та рефлексії, що забезпечує комплексний психологічний супровід студента в процесі його особистісного становлення.

Загалом, **результати дослідження підтверджують наукову гіпотезу:** самоставлення студента забезпечується взаємоузгодженим впливом адекватної самооцінки та зрілої системи ціннісних орієнтацій, де самооцінка виступає внутрішнім ресурсом гармонізації ставлення до себе та навколишнього світу.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

За результатами проведеного теоретичного та емпіричного дослідження ролі самооцінки та ціннісних орієнтацій у самотановленні студентської молоді можна сформулювати наступні узагальнені висновки, що відображають рівень розв'язання поставлених у роботі завдань і дозволяють оцінити ступінь підтвердження висунутої наукової гіпотези.

еоретичний аналіз наукової літератури дозволив встановити, що самотановлення особистості в пізній юності є складним багатовимірним процесом, у якому провідну роль відіграють три взаємопов'язані психологічні утворення: «Я-концепція» як загальна когнітивно-афективна система уявлень про себе, самотановлення як структурне відображення емоційно-ціннісного сприйняття власного «Я» та ціннісні орієнтації як вища інстанція особистісної саморегуляції. Це створило теоретичне підґрунтя для формулювання предмета і гіпотез дослідження. У межах узагальнення теоретичних підходів з'ясовано, що самооцінка виконує інтегративну функцію у структурі самосвідомості, об'єднуючи когнітивний (оцінка власних якостей та можливостей) та емоційно-ціннісний (ставлення до результатів цієї оцінки) рівні. Концепції М. Розенберга, В. Століна та С. Пантелєєва дозволяють розглядати самооцінку як одночасно глобальну узагальнену характеристику особистості та як ієрархічно організовану систему, складовими якої є самоприйняття, самоцінність, самовпевненість, самокерівництво та інші параметри самотановлення.

бґрунтовано, що ціннісні орієнтації виступають не лише пасивним наслідком соціалізації, а й активним чинником самотановлення особистості. Теорія М. Рокіча, розрізняючи термінальні (цінності-цілі) та інструментальні (цінності-засоби) цінності, забезпечує продуктивну методологічну рамку для їх діагностики, дозволяючи побачити як

змістовні пріоритети особистості, так і її уявлення про прийнятні способи досягнення життєвих цілей.

проведений аналіз трансформації самосвідомості та ціннісної сфери молоді в умовах воєнного стану в Україні засвідчив наявність глибоких змін у структурі цінностей сучасного покоління: зростання значущості здоров'я, безпеки, сімейних і духовних цінностей, формування усвідомленої громадянської ідентичності та зростання готовності до соціальної активності. Ці зміни створюють специфічний соціокультурний контекст, у якому відбувається самоставлення сучасних українських студентів.

результати емпіричного дослідження на вибірці з 34 студентів засвідчили, що для досліджуваної молоді характерним є переважання адекватного рівня самооцінки (82,4% респондентів). Середнє значення показника самооцінки за Шкалою М. Розенберга склало 20,8 бала (при максимально можливому 30). Це свідчить про сприятливий психологічний фон для процесу самоставлення та узгоджується з теоретичним положенням про пізню юність як період відносної стабілізації самооцінки.

Вивчення ієрархії термінальних цінностей виявило їх орієнтованість передусім на сферу особистого життя та міжособистісних відносин: у першу п'ятірку цінностей-цілей увійшли здоров'я, щасливе сімейне життя, любов, наявність хороших і вірних друзів та впевненість у собі. У сфері інструментальних цінностей верхні позиції посіли чесність, відповідальність, вихованість, життєрадісність та самоконтроль, що відображає орієнтацію студентської молоді на внутрішньо-моральні та саморегулятивні механізми діяльності.

Дослідження структури самоставлення за методикою В. Століна та С. Пантелєєва засвідчило переважання позитивних його компонентів (самоприйняття — 6,7 стена, самоцінність — 6,4 стена, самокерівництво — 6,3 стена, самовпевненість — 6,1 стена) над проблемними

(самозвинувачення — 4,2 стена, внутрішня конфліктність — 4,8 стена). Це дозволяє говорити про загалом сприятливий для самоставлення профіль самоставлення студентської молоді.

Кореляційний аналіз за коефіцієнтом Пірсона підтвердив основну гіпотезу дослідження: зафіксовано статистично значущі зв'язки рівня самооцінки зі шкалами самоставлення. Найсильніші позитивні кореляції виявлено між самооцінкою та самоприйняттям ($r = 0,65$; $p \leq 0,01$), самовпевненістю ($r = 0,61$; $p \leq 0,01$) та самоцінністю ($r = 0,58$; $p \leq 0,01$). Значущі негативні кореляції зафіксовано між самооцінкою і самозвинуваченням ($r = -0,51$; $p \leq 0,01$) та внутрішньою конфліктністю ($r = -0,45$; $p \leq 0,01$).

Встановлено, що система ціннісних орієнтацій виступає змістовним наповненням процесу самоставлення, тоді як самооцінка виконує роль регулятора успішності цього процесу.

Укупність отриманих результатів дозволяє стверджувати, що самоставлення студентської молоді є процесом, що забезпечується взаємопов'язаним впливом самооцінки та ціннісних орієнтацій особистості. Самооцінка виконує інтегруючу функцію, синтезуючи емоційне ставлення до себе і формуючи стабільне психологічне ядро особистості, тоді як ціннісні орієнтації надають цьому процесу смислового спрямування, визначаючи змістовні пріоритети життєдіяльності.

Практичні рекомендації. На підставі отриманих результатів можна сформулювати низку рекомендацій щодо психологічного супроводу процесу самоставлення студентської молоді:

проведення у психологічних службах ЗВО тренінгових програм, спрямованих на розвиток самоприйняття як базового компонента самоставлення, що демонструє найсильніший зв'язок із рівнем самооцінки.

озроблення просвітницьких заходів, орієнтованих на підтримку цінностей особистісної автономії, саморозвитку та відповідальності, що опосередковано сприятиме підвищенню самооцінки.

ключення до курсів психологічного супроводу вправ із розвитку рефлексивної відкритості (усвідомлення власних особливостей, сильних і слабких сторін) з урахуванням помірного рівня цього показника у досліджуваній вибірці.

організація психологічних консультацій для студентів із зниженим рівнем самооцінки та вираженим самозвинуваченням з акцентом на роботу з когнітивними викривленнями та з дисфункціональними переконаннями щодо власного «Я».

творення на базі ЗВО груп психологічної підтримки з урахуванням специфіки воєнного стану, що особливо актуально для студентів, які пережили травматичні події, переміщення, втрату близьких.

Перспективи подальших досліджень. Практична значущість дослідження полягає у можливості впровадження отриманих даних у діяльність психологічних служб ЗВО для оптимізації процесу професійного та особистісного самоставлення майбутніх фахівців. Проведене дослідження вичерпно вирішило поставлені завдання, основна наукова гіпотеза знайшла емпіричне підтвердження, а отримані дані мають теоретичну та практичну значущість для розвитку психології особистості, вікової та педагогічної психології.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

ндрійчук І. П. Феномен самоставлення у структурі особистості підлітка. Проблеми гуманітарних наук. Серія «Психологія». 2015. Вип. 37. С. 4–

- [illegible]



p%

тичний кодекс психолога / Товариство психологів України. URL:

агальна психологія : навч. посіб. / О. П. Сергєєнкова та ін. Київ : Центр
учбової літератури, 2012. 296 с.

а

к

ивков В. Л., Лукомська С. О., Копець Л. В. Психологія травми: теорія і
практика : навч. посіб. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка
НАПН України, 2020. 278 с.

Уваленко В. М. Психологічні особливості особистісного
самовизначення юнацтва: ціннісний вимір. Вісник Національного
університету оборони України. Психологічні науки. 2022. Вип. 4 (68). С.
63–79.

Юкун О. М. Психологічне забезпечення життєстійкості особистості в
екстремальних умовах. Київ : Педагогічна думка, 2019. 182 с.

воренко Б. П. Ціннісні трансформації українського суспільства в
умовах війни. Вісник Національної академії наук України. 2022. № 7. С.
22–34.

сенко Т. В. Роль самоефективності та самооцінки у формуванні
життєстійкості студентів. Науковий вісник Херсонського державного
університету. Серія: Психологічні науки. 2023. № 2. С. 41–47.

взяр О. В., Гуменюк Анастасія Взаємозв'язок рівня самооцінки та
особистісної тривожності у студентів психологів. Психологічні
дослідження: наукові праці викладачів та студентів соціально-
психологічного факультету

вксименко С. Д. Генеза здійснення особистості : монографія. Київ : ТОВ
«ІКММ», 2006. 240 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/734643>

вксименко С. Д. Психологія становлення особистості. Психологія і
особистість. 2016. № 1 (9). С. 12–20.

вльник О. С. Трансформація смисложиттєвих орієнтацій студентів у
психологічному навчанні

в

в

процесі фахової підготовки. Актуальні проблеми психології. 2021. Т. 11, вип. 22. С. 134–142.

олодь України в умовах війни : результати соціологічного дослідження / А

вргун Я. Ціннісні орієнтації в структурі професійно-кар'єрного
визначення юнаків та юнок. Проблеми загальної та педагогічної
психології. 2019. Т. XII, ч. 6. С. 233–240.

айдьорова Л. А. Психологічне благополуччя молоді в умовах суспільних
криз: медіапсихологічний аспект. Київ : Інститут соціальної та
політичної психології НАПН України, 2017. 190 с.

янок В. Г. Психологічна служба системи освіти України: стан та
перспективи розвитку. Київ : Ніка-Центр, 2020. 340 с.

рилепська К. В. Особливості самоставлення студентської молоді у
кризових умовах. Габітус. 2023. Вип. 48. С. 156–161.

сихосоціальна підтримка в умовах надзвичайних ситуацій: підхід
резилієнс : навч.-метод. посіб. / за ред. Н. Гусак та ін. Київ, 2017. 96 с.

Б

вчин М. В. Духовна парадигма психології: монографія. Київ:
Академвидав, 2013. 252 с.

врдюк Л. З., Шамич О. М. Самодетермінація особистості як
психологічна основа її самореалізації. Актуальні проблеми психології.

Г

внар О. М. Дискурс громадянської та національної ідентичності:
конструкти самосвідомості молоді. Проблеми політичної психології.

Д

вюсаревський М. М. Соціальна психологія воєнного часу: виклики та
відповіді. Психологія і суспільство. 2022. № 1. С. 5–18.

втаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами
буденності. Київ : Либідь, 2003. 376 с.

вкраїнське суспільство в умовах війни. 2022 : колективна монографія / за

В

Г

ред. Є. Головахи, С. Макеєва. Київ : Інститут соціології НАН України,
2

Обан Г. М., Гуртовенко Н. В. Особливості самооцінки студентської
м

Збіжкін О. Я. Емоційна регуляція та психологічне здоров'я особистості.
Одеса : СВД Черкасов, 2021. 296 с.

Ройко О. В. Особистісне становлення суб'єкта професійної діяльності.
Київ : Знання, 2013. 200 с.

Шайгородський Ю. Ціннісні орієнтації в психологічній структурі
б

40. Шайгородський Ю. Ціннісні орієнтації особистості: формалізована
модель цілісного, багатоаспектного аналізу / Ю. Шайгородський //
Соціальна психологія. – 2010. – № 1 (39). – С.94–106. URL:
https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/324349/1/_%D0%A6%D0%9E_%D1%84%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%B0%D0%BB%D1%96%D0%B7%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B0%20%D0%BC%D0%BE%D0%B4%D0%B5%D0%BB%D1%8C.pdf

Валб Ю. М. Цільове спрямування життєдіяльності людини:
психологічний аспект. Київ : Педагогічна думка, 2016. 245 с.

Ровченко Н. Ф. Самоставлення та самооцінка як предиктори успішної
соціалізації студентської молоді. Психологія та соціальна робота. 2025.
Вип. 1 (55). С. 22–29.

43. Allport G. W. Pattern and Growth in Personality. New York : Holt, Rinehart
and Winston, 1961. 593 p.

44. Bandura A. Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive
т
н

46. Deci E. L., Ryan R. M. Intrinsic Motivation and Self-Determination in
Human Behavior. New York : Plenum Press, 1985. 371 p.

б

д

с

т

47. Erikson E. H. Identity: Youth and Crisis. New York : W. W. Norton & Company, 1968. 336 p.

r

49. Freud S. The Ego and the Id / trans. by J. Riviere. New York : W. W. Norton & Company, 1962. 114 p.

50. Hobfoll S. E. Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*. 1989. Vol. 44, No. 3. P. 513–524.

Inglehart R. Modernization and Postmodernization: Cultural, Economic, and

52. Maslow A. H. Motivation and Personality. New York : Harper & Row, 1954. 411 p.

E

54. Rokeach M. The Nature of Human Values. New York : Free Press, 1973. 438 p.

55. Rosenberg M. Society and the adolescent self-image. Princeton, NJ : Princeton University Press, 1965. 326 p.

56. Schwartz S. H. Universals in the Content and Structure of Values: Theoretical Advances and Empirical Tests in 20 Countries. *Advances in Experimental Social Psychology*. 1992. Vol. 25. P. 1–65.

57. Seligman M. E. P. Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being. New York : Free Press, 2011. 368 p.

Tedeschi R. G., Calhoun L. G. Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations

59. Yalom I. D. Existential Psychotherapy. New York : Basic Books, 1980. 544 p.

h

B

fn

ø

b

m

M

ДОДАТКИ

Додаток А

МЕТОДИКА ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ САМООЦІНКИ ОСОБИСТОСТІ

Шкала самооцінки М. Розенберга (українська адаптація)

Мета методики: дослідження рівня глобальної самооцінки особистості як базового компонента самосвідомості.

Опис методики: Шкала самооцінки М. Розенберга є стандартизованим опитувальником, який складається з 10 тверджень, що відображають загальне емоційно-оцінне ставлення людини до себе.

Інструкція для досліджуваного: «Пропонуємо вам оцінити ступінь вашої згоди або незгоди з кожним із наведених тверджень. Для цього оберіть один із чотирьох варіантів відповіді: «повністю згоден», «згоден», «не згоден» або «абсолютно не згоден».

Стимульний матеріал:

агалом, я задоволена (-ний) собою.

ас від часу, я думаю, що ні на що не здатна (-ний).

відчуваю, що у мене є багато хороших якостей.

можу робити різні речі, як і більшість інших людей.

відчуваю, що особливо не маю чим пишатися.

ноді я почуваюся на на що не здатною (-ним).

відчуваю, що я цінна (-ий), принаймні, що я на рівних з іншими.

хотіла (-ів) би мати більше поваги до себе.

агалом, я схильна (-ний) думати, що я невдаха.

позитивно ставлюсь до себе.

Обробка результатів: Здійснюється підрахунок сумарного балу з урахуванням прямих та зворотних тверджень. Прямі твердження

оцінюються від 0 до 3 балів (від «абсолютно не згоден» до «повністю згоден»), зворотні – у зворотному порядку. Отримані бали інтерпретуються таким чином:

- 10-18 балів – низька самооцінка;
- 19-22 бали – середня (адекватна) самооцінка;
- 23-30 балів – висока самооцінка.

МЕТОДИКА ДОСЛІДЖЕННЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ ОСОБИСТОСТІ

Методика «Ціннісні орієнтації» (М. Рокіч)

Мета методики: вивчення ієрархії ціннісних орієнтацій особистості, що складають смислову та мотиваційну основу її розвитку.

Опис методики: Методика базується на прямому ранжуванні двох списків цінностей:

ермінальні цінності – переконання в тому, що кінцева мета індивідуального існування варта того, щоб до неї прагнути.

нструментальні цінності – переконання в тому, що певний спосіб дій є кращим у будь-яких ситуаціях.

Інструкція для досліджуваного: «Вам представлено два списки цінностей. Розмістіть, будь ласка, кожен цінність у порядку їхньої особистої значущості для вас: від найбільш важливої (1 місце) до найменш значущої (18 місце)».

Стимульний матеріал:

Список А: термінальні цінності

- 1а. Активне діяльне життя (повнота й емоційна насиченість життя)
- 2а. Життєва мудрість (зрілість суджень і здоровий глузд, що досягаються життєвим досвідом)
- 3а. Здоров'я (фізичне й психічне)
- 4а. Цікава робота
- 5а. Краса природи й мистецтва (переживання прекрасного в природі й у мистецтві)
- 6а. Любов (духовна й фізична близькість із коханою людиною)
- 7а. Матеріально забезпечене життя (відсутність матеріальних ускладнень)
- 8а. Наявність гарних і вірних друзів

9а. Суспільне визнання (повага навколишніх, колективу, товаришів по роботі)

10а. Пізнання (можливість розширення своєї освіти, світогляду, загальної культури, інтелектуальний розвиток)

11а. Продуктивне життя (максимально повне використання своїх можливостей, сил і здібностей)

12а. Розвиток (робота над собою, постійне фізичне й духовне вдосконалювання)

13а. Розваги (приємне, необтяжливе проведення часу, відсутність обов'язків)

14а. Воля (самостійність, незалежність у судженнях і вчинках)

15а. Щасливе сімейне життя

16а. Щастя інших (добробут, розвиток і вдосконалювання інших людей, усього народу, людства в цілому)

17а. Творчість (можливість творчої діяльності)

18а. Упевненість у собі (внутрішня гармонія, свобода від внутрішніх протиріч, сумнівів)

Список Б: інструментальні цінності

1б. Акуратність (охайність), уміння тримати в порядку речі, порядок у справах

2б. Вихованість (гарні манери)

. Високі запити (високі вимоги до життя й високі домагання)

4б. Життєрадісність (почуття гумору)

5б. Ретельність (дисциплінованість)

6б. Незалежність (здатність діяти самостійно, рішуче)

7б. Непримиренність до недоліків у собі й інших

8б. Освіченість (широта знань, висока загальна культура)

9б. Відповідальність (почуття обов'язку, уміння дотримуватися слова)

10b. Раціоналізм (уміння здорово та логічно мислити, приймаючи обмірковані, раціональні рішення)

11b. Самоконтроль (стриманість, самодисципліна)

12b. Сміливість у відстоюванні своєї думки, своїх поглядів

13b. Тверда воля (уміння наполягати на своєму, не відступати перед труднощами)

14b. Терпимість (до поглядів і думок інших, уміння прощати іншим їхні помилки й омани)

15b. Широта поглядів (уміння зрозуміти чужу точку зору, поважати інші смаки, звичаї, звички)

16b. Чесність (правдивість, щирість)

17b. Ефективність у справах (працьовитість, продуктивність у роботі)

18b. Чуйність (дбайливість)

Обробка результатів: Аналізується місце кожної цінності в індивідуальній ієрархії. Визначаються домінуючі цінності (перші 5 позицій) та цінності, що мають найменшу значущість для досліджуваного.

МЕТОДИКА ДОСЛІДЖЕННЯ САМОСТАВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

Тест-опитувальник самоставлення (В. В. Столін, С. Р. Пантелєєв)

Мета методики: визначення емоційного та семантичного змісту ставлення особистості до себе.

Опис методики: Досліджуваним пропонується опитувальник, що налічує 110 тверджень, що охоплюють різні аспекти самоставлення: самоповагу, аутосимпатію, самоінтерес та самоприниження. Результати дозволяють оцінити як глобальне самоставлення (шкала S), так і окремі чинники (самовпевненість, самоцінність, самоприйняття тощо).

Інструкція для досліджуваного: «Уважно прочитайте запропоновані Вам твердження і обведіть одну з двох відповідей на окремому бланку поряд з номером кожного твердження: обведіть знак “+” - якщо Ви погоджуєтесь або знак “-” – якщо не погоджуєтесь.

Над твердженнями довго не роздумуйте. Правильних і неправильних відповідей немає.

Стимульний матеріал:

1. Мої слова не так уже й часто розходяться з ділом.
2. Випадковому знайомому я швидше за все видамся людиною приємною.
3. До чужих проблем я завжди ставлюсь з тим же розумінням, що і до своїх.
4. У мене часто виникає відчуття, що те, про що я подумки з собою розмовляю, мені неприємне.
5. Думаю, що більшість моїх знайомих ставиться до мене з симпатією.
6. Найрозумніше, що може зробити людина у своєму житті, – це підкоритися власній долі.

7. У мене достатньо здібностей та енергії втілити в життя задумане.
8. Якби Я роздвоївся, то мені було б дуже цікаво спілкуватися зі своїм двійником.
9. Я не здатен завдати душевного болю коханим та рідним мені людям.
10. Я вважаю, що іноді не гріх пожаліти самого себе.
11. Зробивши якийсь промах, я часто не можу зрозуміти, як мені могло прийти в голову, що із задуманого могло вийти щось хороше.
12. Частіше я схвалюю свої плани і вчинки.
13. В моїй особистості є, мабуть, щось таке, що здатне викликати у інших гостру неприязнь.
14. Коли я намагаюся себе оцінити, я насамперед бачу свої недоліки.
15. У мене не виходить бути для коханої людини цікавим тривалий час.
16. Можна сказати, що я ціную себе досить високо.
17. Мій внутрішній голос рідко підказує мені те, з чим би я кінець кінцем погодився.
18. Багато моїх знайомих не сприймають мене серйозно.
19. Бувало, і не раз, що я сам сильно ненавидів себе.
20. Мені дуже заважає нестача волі, енергії та цілеспрямованості.
21. В моєму житті виникали такі обставини, коли я йшов на угоду з власною совістю.
22. Іноді я сам себе погано розумію.
23. Часом мені буває дуже болісно спілкуватися з самим собою.
24. Думаю, що без великих зусиль міг би знайти спільну мову з будь-якою розумною та знаючою людиною.

25. Якщо я і ставлюся до кого-небудь з докором, то насамперед до самого себе.
26. Іноді я сумніваюсь, чи можна любити мене по-справжньому.
27. Часто мої суперечки з самим собою обриваються думкою, що все одно вийде не так, як я вирішив.
28. Моє ставлення до самого себе можна назвати дружнім.
29. Навряд чи знайдуться люди, яким я не по душі.
30. Часто я не без сарказму жартую над собою.
31. Якби моє друге «Я» існувало, то для мене це був би найнудніший партнер по спілкуванню.
32. Я вважаю, що я достатньо склався як особистість і тому не витрачаю багато сили на те, щоб в чомусь стати іншим.
33. В цілому мене влаштовує те, який я є.
34. На жаль, дуже багато не розділяють моїх поглядів на життя.
35. Загалом я можу сказати, що поважаю себе.
36. Я думаю, що маю надійного і розумного радника в самому собі.
37. Я досить часто дратуюсь від самого себе.
38. Я часто, але досить безуспішно, намагаюсь в собі щось змінити.
39. Я думаю, що моя особистість значно цікавіша і багатша, ніж це може видатися на перший погляд.
40. Мої достоїнства загалом переважають над моїми недоліками.
41. Я рідко залишаюсь незрозумілим в самому важливому для мене.
42. Думаю, що інші в цілому оцінюють мене досить високо.
43. Те, що зі мною трапляється, - це справа моїх рук.
44. Якщо я сперечаюсь з собою, то завжди впевнений, що знайду єдине правильне рішення.

45. Коли зі мною трапляються неприємності, як правило, я кажу: «Так тобі і треба».
46. Я не вважаю, що достатньо духовно цікавий для того, щоб бути привабливим для багатьох людей.
47. У мене часто виникають сумніви, чи такий я насправді, яким себе уявляю.
48. Я не здатен зрадити навіть подумки.
49. Частіше всього я думаю про себе з дружньою іронією.
50. Мені здається, що мало хто може подумати про мене погано.
51. Я впевнений, що на мене можна покластися у самих відповідальних справах.
52. Я можу сказати, що в цілому я контролюю свою долю.
53. Я ніколи не видаю думки, які мені сподобались за свої.
54. Яким би я не видавався оточуючим, я знаю, що в глибині душі я кращий, ніж більшість інших.
55. Я хотів би залишитися таким, який я є.
56. Я завжди радий критиці на мою адресу, якщо вона обґрунтована і справедлива.
57. Мені здається, що якби таких людей як я було більше, то життя змінилося б на краще.
58. Моя думка має достатню вагу в очах оточуючих.
59. Щось заважає мені зрозуміти себе по-справжньому.
60. У мені є чимало такого, що навряд чи викликає симпатію.
61. В складних обставинах я зазвичай не чекаю, доки проблеми вирішаться самі собою.
62. Іноді я намагаюсь видати себе не за того, хто я є.
63. Бути поблажливим до власних слабостей цілком природно.
64. Я впевнився, що глибоке проникнення в себе – малоприємне та досить ризиковане заняття.
65. Я ніколи не дратуюсь і не злуюсь без особливих на те причин.

66. В мене бували такі моменти, коли я розумів, що мене є за що зневажати.

67. Я часто відчуваю, що мало впливаю на те, що зі мною відбувається.

68. Саме багатство та глибина мого внутрішнього світу і визначають мою цінність як особистості.

69. Тривалі суперечки з собою частіше залишають гіркий осадок в моїй душі, ніж приносять полегшення.

70. Думаю, що спілкування зі мною приносить людям відверте задоволення.

71. Якщо говорити відверто, іноді я буваю дуже неприємним.

72. Можна сказати, що я собі подобаюсь.

73. Я – людина надійна.

74. Здійснення мої бажань мало залежить від везіння.

Моє внутрішнє “Я” завжди мені цікаве.

76. Мені дуже просто переконати себе не засмучуватися через дрібниці.

77. Близьким людям притаманно мене недооцінювати.

78. У мене в житті часто бувають хвилини, коли я сам собі огидний.

79. Мені здається, що я все-таки не вмію сердитися на себе по-справжньому.

80. Я переконався, що в серйозних справах на мене краще не розраховувати.

81. Іноді мені здається, що я якийсь дивний.

82. Я не схильний пасувати перед труднощами.

83. Моє власне «Я» не видається мені чимось вартим уваги.

84. Мені здається, що глибоко обдумуючи свої внутрішні проблеми, я навчився значно краще себе розуміти.

85. Навряд чи я викликаю симпатію у більшості моїх знайомих.

86. Мені траплялось робити такі вчинки, яким навряд чи можна знайти виправдання.
87. Десь у глибині душі я вважаю себе слабаком.
88. Якщо я відверто і звинувачую себе в чомусь, то, як правило, викривального запалу вистачає ненадовго.
89. Мій характер, яким би він не був, цілком мене влаштовує.
90. Я цілком ясно уявляю собі, що чекає мене попереду.
91. Іноді мені буває досить важко знайти спільну мову зі своїм внутрішнім “Я”.
92. Мої думки про себе найчастіше зводяться до звинувачень на власну адресу.
93. Я не хотів би сильно мінятися навіть на краще, тому що кожна зміна – це втрата якоїсь дорогої часточки самого себе.
94. В результаті моїх дій досить часто виходить зовсім не те, на що я розраховував.
95. Навряд чи в мені є щось, чого б я не знав.
96. Мені ще багато чого не вистачає, щоб з впевненістю сказати собі: ”Так, я цілком зріла особистість”.
97. В мені цілком мирно вживаються як мої достоїнства, так і мої недоліки.
98. Іноді я надаю “безкорисну” допомогу людям лише для того, щоб краще виглядати у власних очах.
99. Мені досить часто і безуспішно доводиться виправдовуватися перед самим собою.
100. Ті, хто мене не любить, просто не знають, яка я людина.
101. Переконати себе в чомусь для мене нескладно.
102. Я не відчуваю нестачі в близьких та розуміючих мене людях.
103. Мені здається, що мало хто поважає мене по-справжньому. Якщо не бути дріб’язковим, то в цілому мене себе немає в чому дорікнути.

105. Я сам створив себе таким, який я є.
106. Думка інших про мене цілком співпадає з моєю власною.
107. Я сам хотів багато в чому себе переробити.
108. До мене ставляться так, як я того заслуговую.
109. Думаю, що моя доля все-одно складеться не так, як мені хотілося тепер.
110. Впевнений, що в житті я на своєму місці.

Обробка та аналіз результатів:

Проводиться підрахунок «сирих балів» шкальних значень згідно ключа. При співпаданні з ключем нараховується 1 бал, при неспівпадання – 0 балів.

Ключ:

ідвертість:

амовпевненість:

амокерівництво:

зеркальне «Я»:

амоцінність:

амоприйняття:

амоприв'язаність:

онфліктність:

амозвинувачення:

В подальшому «сірі бали» переводяться у стенові показники:

Норми (в стенах)

Стени шкали										

Самоставлення – це певне стійке почуття на адресу власного «Я», що містить ряд специфічних модальностей (вимірів), що відрізняються як за емоційним тоном, переживанням, так ы за семантичним змістом відповідного ставлення до себе.

Шкала 1 – внутрішня чесність – «Відкритість» - пов'язана з такими аспектами образу «Я», самоставлення, поведінки, які, будучи значимими для особистості, важко допускаються до усвідомлення.

Низькі значення шкали говорять про глибоку усвідомленість «Я», підвищену рефлексивність та критичність, здатність не приховувати від себе та інших значиму неприємну інформацію.

Крайньо низькі значення можуть свідчити про самовідкритість, часом межуючою з цинізмом.

Високі значення свідчать про закритість, нездатність або небажання усвідомлювати та видавати значиму інформацію про себе, у крайньому вираженні – про пряму брехню та фальсифікацію результатів в бік соціально бажаних відповідей.

Шкала 2 - «Самовпевненість» - уявлення про себе як про самостійну, вольову, енергійну, надійну людину, якій є за що себе поважати.

Низькі значення шкали свідчать про незадоволеність собою та своїми можливостями, про сумнів у здатності викликати повагу.

Високі значення шкали відповідають високій думці про себе, самовпевненості, відсутності внутрішньої напруженості.

Шкала 3 - «Самокерівництво» - уявлення про те, що основним джерелом активності та результатів, що стосуються як діяльності, так і власної особистості суб'єкта, є він сам.

Людина з *високим балом* за шкалою виразно переживає власне «Я» як внутрішній стержень, що інтегрує її особистість і життєдіяльність, вважає, що її доля знаходиться в її власних руках, і відчуває почуття обґрунтованості і послідовності своїх внутрішніх спонукань та цілей.

Низькі бали свідчать про віру суб'єкта та підвладність його «Я» часовим обставинам, про нездатність протистояти долі, погану

саморегуляцію, розмитий локус «Я», відсутність тенденції шукати причини вчинків та результатів у собі самому.

Шкала 4 – відображене самоствавлення - «Дзеркальне «Я»» - очікуване ставлення до себе з боку інших людей.

Високі значення шкали відповідають уявленню суб'єкта про те, що його особистість, характер та діяльність здатні викликати у інших повагу, симпатію, схвалення та розуміння.

Низькі значення шкали свідчать про очікування протилежних почуттів від узагальненого іншого.

Шкала 5 - «Самоцінність» - відображає емоційну оцінку себе, свого «Я» за внутрішніми інтимними критеріями любові, духовності, багатства внутрішнього світу.

Високі оцінки за шкалою відображають зацікавленість у власному «Я», любов до себе, відчуття цінності власної особистості та одночасно передбачувану цінність свого «Я» для інших.

Низькі значення шкали характеризують недолік свого *духовного* «Я», сумніви у цінності власної особистості, відстороненість, що межує з байдужістю до свого «Я», втрату інтересу до свого внутрішнього світу.

Шкала 6 - «Самоприйняття».

Високий полюс відповідає дружньому ставленню до себе, згоді з самим собою, схваленню своїх планів та бажань, емоційному, безумовному прийняттю себе таким, який ти є, нехай навіть з деякими недоліками.

Низький полюс свідчить про відсутність перерахованих якостей – недостатність самоприйняття, що є важливим симптомом дезадаптації.

Шкала 7 - «Самоприв'язаність».

Високі значення шкали говорять про ригідність «Я-концепції», прив'язаність, небажання змінюватися на фоні загального позитивного ставлення до себе. Ці переживання часто супроводжуються

прив'язаністю до неадекватного «Я»-образу. В останньому випадку тенденції до збереження такого образу – один із захисних механізмів самосвідомості.

Низькі значення свідчать про протилежні тенденції: бажання щось у собі змінити, потяг до відповідності з ідеальним уявленням про себе, незадоволеність собою.

Шкала 8 – внутрішня конфліктність.

Високі значення свідчать про наявність внутрішніх конфліктів, сумнівів, непогодження з собою, тривожно-депресивних станів, що супроводжуються переживанням почуття провини. *Помірне підвищення* за шкалою говорить про підвищену рефлексію, глибоке проникнення у себе, усвідомлення своїх труднощів, адекватний образ «Я» та відсутність витіснення.

Крайньо низькі значення шкали свідчать про заперечення проблем, закритість, поверхову самовдоволеність.

Шкала 9 - «Самозвинувачення».

Високі значення говорять про самозвинувачення, готовність поставити собі у провину свої промахи та невдачі, власні недоліки. Шкала є індикатором відсутності симпатії, що супроводжується негативними емоціями на свою адресу, навіть незважаючи на високу самооцінку якостей та досягнень.

Шкали об'єднані у **три** незалежних та добре інтерпретованих фактори:

1-ий фактор – Самоповага: шкали 1, 2, 3, 4. Відображає оцінку власного «Я» щодо соціально-нормативних критеріїв модальності.

2-ий фактор – Аутосимпатія: шкали 5, 6, 7. Відображає емоційне ставлення суб'єкта до свого «Я».

3-ій фактор – Самоприпинення: шкали 8, 9. Відображає негативне самоставлення.

Зведена таблиця показників самооцінки та самоставлення

(узагальнені дані за вибіркою $n = 34$)

Показник	Середнє (М)	Ст. відхилення (SD)
Самооцінка (Розенберг, бали)	20,8	4,1
Відкритість (стени)	5,2	1,5
Самовпевненість (стени)	6,3	1,4
Самокерівництво (стени)	6,8	1,5
Дзеркальне «Я» (стени)	5,9	1,3
Самоцінність (стени)	6,7	1,4
Самоприйняття (стени)	7,2	1,3
Самоприв'язаність (стени)	6,1	1,5
Внутрішня конфліктність (стени)	5,6	1,6
Самозвинувачення (стени)	5,2	1,4

Примітка: Дані за вибіркою 34 студентів, 18–23 років, I–IV курси ВНЗ України.