

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
імені М. П. ДРАГОМАНОВА**

**Малихіна Ольга Андріївна**

УДК [37.013.77: 159.923.2-057.875] (043.5)

**ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ САМОПОВАГИ У СТУДЕНТІВ  
ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

Автореферат  
дисертації на здобуття наукового ступеня  
кандидата психологічних наук



Київ – 2021

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано на кафедрі психології Бердянського державного педагогічного університету, Міністерства освіти і науки України.

**Науковий керівник:** доктор психологічних наук, професор  
**Шевченко Наталія Федорівна**  
Запорізький національний університет,  
професор кафедри педагогіки та психології  
освітньої діяльності.

**Офіційні опоненти:** доктор психологічних наук, професор  
**Просандєєва Людмила Євгеніївна,**  
Київський національний університет  
культури і мистецтв,  
завідувач кафедри психології;

кандидат психологічних наук, доцент  
**Строяновська Олена Василівна,**  
Національний педагогічний університет  
імені М. П. Драгоманова,  
професор кафедри психології.

Захист відбудеться «05» травня 2021 р. о 11.00 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.053.10 у Національному педагогічному університеті імені М. П. Драгоманова за адресою: вул. Пирогова, 9, м. Київ, 016001.

З дисертацією можна ознайомитися в бібліотеці Національного педагогічного університету М. П. Драгоманова за адресою: вул. Пирогова, 9, м. Київ, 016001.

Автореферат розісланий «05» квітня 2021 р.

**Вчений секретар**  
спеціалізованої вченої ради



**Л. В. Долинська**

## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

**Актуальність дослідження.** Зміни, що відбуваються в Україні, обумовлюють перегляд життєвих принципів та цінностей кожної людини, що, у свою чергу, не може не впливати на формування та становлення особистості. У зв'язку з цим викликом часу стає максимальне розкриття потенціалу кожної людини, сприяння її саморозвитку та самореалізації, які детермінують прояв самоповаги особистості. Вивчення самоповаги як психологічного явища набуває особливої значущості в контексті формування особистості студента на сучасному етапі розвитку суспільства як суб'єкта, що активно опановує суспільний досвід. З огляду на це, актуалізується проблема створення цілеспрямованих психологічних умов формування самоповаги в студентському віці.

Науковим підґрунтям для розгляду проблеми самоповаги виступили праці видатних вітчизняних і зарубіжних науковців, які вивчали самоповагу як важливий компонент самосвідомості особистості (К. Абульханова, І. Кон, А. Маслоу, Р. Мей, К. Роджерс, В. Франкл); як елемент системи самоставлення (С. Панталеєв, В. Столін та інших); як ціннісне ставлення особистості до себе крізь призму життєвих смислів (Р. Ануфрієва, І. Бех, Є. Головаха, О. Злобіна, І. Кон, В. Татенко, Т. Титаренко); як внутрішнє усвідомлення і оцінку особистістю самої себе (Г. Каплан, С. Коперсміт, Л. Уелс, Р. Уайлі). Досліджувались сутнісні характеристики самоповаги (Х. Каплан, І. Кон, Дж. Марвел, К. Роджерс, В. Сафін, Л. Уелс); структурні складові (О. Колишко, С. Панталеєв, А. Петровський, Н. Сарджвеладзе, В. Столін); роль самоповаги у функціонуванні особистості (А. Адлер, Р. Бернс, У. Джеймс, І. Кон, А. Маслоу, К. Роджерс, М. Розенберг, В. Столін та ін); механізми формування сталої позитивної самоповаги та порушення її нормального розвитку (Р. Бернс, М. Лісіна, В. Столін, І. Чеснокова, К. Хорні та інші). Останнім часом науковці більш ґрунтовно почали досліджувати формування самоповаги на різних етапах онтогенезу: у дошкільному та молодшому шкільному віці самоповага формується під впливом оцінки дорослими дитини (В. Горбатих, Н. Дятленко, Г. Ліпкіна); самоповага у підлітків розвивається гетерохронно, з переважанням оцінного над емоційним самоставленням (Т. Манько, І. Чеснова); у юнацькому віці становлення самоповаги обумовлено попереднім процесом формування особистості та переходить на новий рівень, коли загальна самооцінка відображає відповідність поведінки власним поглядам, переконанням і результатам діяльності (С. Герасіна, О. Камінська, Л. Кьор).

Незважаючи на представленість широкого спектру досліджень, у психологічних працях майже не приділяється увага вивченню психологічних умов формування самоповаги у студентів, тоді як їх виявлення розкриє можливості забезпечення особистісного зростання через формування самоповаги в студентському віці.

Таким чином, значущість проблеми та її недостатня наукова

розробленість зумовили вибір теми нашого дисертаційного дослідження: **«Психологічні умови формування самоповаги у студентів вищих навчальних закладів».**

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.**

Дисертаційне дослідження виконано відповідно до тематичного плану наукових досліджень кафедри психології Бердянського державного педагогічного університету «Трансформація життєвих перспектив особистості: онтогенетичний аспект» (Реєстраційний номер – 0117U003115).

Тему дисертаційного дослідження затверджено на засіданні Вченої ради Бердянського державного педагогічного університету (протокол № 8 від 26.02.2015 р.) й узгоджено в бюро Міжвідомчої ради з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук в Україні (протокол № 3 28.04.2015 р.).

**Об'єкт дослідження** – самоповага особистості юнацького віку.

**Предмет дослідження** – психологічні умови формування самоповаги у студентів закладів вищої освіти.

**Мета дослідження** полягає в емпіричному виявленні психологічних особливостей розвитку структурних складових самоповаги; в обґрунтуванні психологічних умов формування самоповаги у студентів закладів вищої освіти; розробці моделі й апробації психологічної програми формування самоповаги у студентів методами активного соціально психологічного навчання.

В основу дослідження було покладено **припущення** про те, що самоповага в студентському віці як структурно складне особистісне утворення в звичайних умовах розвивається недостатньо, а її формування буде більш успішним при створенні певних психологічних умов, спрямованих на гармонізацію складових самоповаги студентів закладів вищої освіти методами активного соціально психологічного навчання.

Для досягнення поставленої мети та згідно з висунутим припущенням нами було виокремлено такі **завдання**:

1. Визначити теоретичні підходи до вивчення проблеми самоповаги як особистісного утворення та психологічні умови її формування.

2. Емпірично дослідити особливості сформованості структурних компонентів самоповаги студентів та рівні її розвитку.

3. Обґрунтувати, розробити та експериментально перевірити ефективність психологічної програми формування самоповаги у студентів закладів вищої освіти.

4. Розробити психологічні рекомендації щодо формування самоповаги в юнацькому віці.

**Теоретико-методологічними засадами дослідження** виступають концептуальні підходи, що розкривають сутність особистості та її розвитку (І. Бех, Л. Виготський, П. Гальперін, О. Леонт'єв, С. Максименко, С. Рубінштейн та ін.); вчення про розвиток психіки й особистості в діяльності (Б. Анан'єв, О. Асмолов, І. Бех, В. Брушлинський, О. Леонт'єв, С. Максименко та ін.); основні положення про умови виникнення і розвитку структур психіки: свідомості й самосвідомості (Б. Анан'єв, Л. Божович, М. Боришевський, І. Кон,

В. Столін, Т. Титаренко, П. Чамата, І. Чеснокова та ін.); психолого-педагогічні засади щодо дослідження категорії «самоповага» (Р. Берн, Е. Еріксон, І. Кон, А. Маслоу, А. Петруліте, К. Роджерс, В. Столін, І. Чеснокова); положення про закономірності психічного розвитку та становлення особистості в юнацькому віці (Л. Божович, І. Кон, А. Мудрик, П. Чамата).

**Методи дослідження.** Відповідно до визначеної мети та сформульованих завдань було використано такі методи дослідження:

- *теоретичні*: аналіз, порівняння, систематизація й узагальнення філософської та психолого-педагогічної літератури з проблеми дослідження;

- *емпіричні*: цілеспрямоване спостереження; тестування; індивідуальні та групові бесіди; аналіз продуктів діяльності; констатувальний і формувальний експерименти. Психодіагностичні методики, використані на різних етапах дослідження, представлено в другому розділі (табл. 1) дисертації.

- *математико-статистичні* методи обробки експериментальних даних на базі пакету статистичних програм IBM SPSS-20 (коефіцієнт кореляції Пірсона, *t*-критерій Стьюдента, критерій  $\phi^*$  – кутового перетворення Фішера).

**База дослідження:** Психодіагностичне дослідження проводилося на базі Бердянського державного педагогічного університету, Маріупольського державного університету, Криворізького державного педагогічного інституту, Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини серед студентів освітньої професійної програми «Бакалавр». До дослідження було залучено 350 респондентів студентського віку.

**Наукова новизна та теоретичне значення одержаних результатів:**

- *вперше* визначено поняття «самоповага в студентському віці» як складне особистісне утворення, яке змістовно обумовлено віковими новоутвореннями і включає когнітивний, емоційно-ціннісний, поведінковий компоненти й виявляється в усвідомленому визнанні власних сильних і слабких сторін та їх безумовному прийнятті, ціннісно-позитивному ставленні до себе та оцінці власних досягнень у різних сферах життя; виокремлено структурні компоненти, критерії та конструкти самоповаги у студентів закладів вищої освіти: *когнітивний* – усвідомлення себе як носія позитивних соціально бажаних характеристик (розуміння сутності самоповаги, уявлення про себе, адекватна самооцінка, здатність до самопізнання в процесі взаємодії); *емоційно-ціннісний* – суб'єктивізація ціннісного ставлення до себе, емоцій, почуттів і сенсоутворювальних мотивів як основи загальної життєвої установки щодо себе (ціннісне ставлення до себе, позитивні емоції та почуття до себе, сенсоутворювальні мотиви життєвих установок щодо себе); *поведінковий* – здатність до незалежності та свободи у прийнятті рішень стосовно себе та їх реалізації (конкретні дії стосовно себе, прагнення досягнення успіху, впевнена поведінка, постановка і реалізація цілей); обґрунтовано психологічні умови формування самоповаги у студентів закладів вищої освіти (усвідомлене уявлення про себе; адекватна самооцінка; ставлення до себе, як до іншого; оцінка іншими власних досягнень; взаємодія зі значущими іншими; позитивна мотивація стосовно себе; реалізація власного потенціалу впевненості в собі; потреба в досягненні успіху); досліджено особливості розвитку структурних

компонентів самоповаги, рівні її сформованості (високий, середній, низький), обґрунтовано та апробовано модель і психологічну програму формування самоповаги у студентському віці, спрямовану на гармонізацію її складових шляхом актуалізації визначених психологічних умов;

- *розширено та доповнено* наукові уявлення про процес становлення та формування самоповаги особистості в юнацькому віці;

- *набула подальшого розвитку* система знань про структуру та зміст самоповаги особистості як психологічного феномену.

**Практична значущість** результатів дослідження полягає в можливості використання пакету діагностичних методик і розвивальної програми формування самоповаги у студентському віці практичними психологами, викладачами закладів вищої освіти та кураторами академічних груп у виховній роботі зі студентами. Положення та висновки дослідження можуть бути використані у процесі розробки та при викладанні навчальних курсів із вікової та педагогічної психології, психології вищої школи, спецкурсів і спецсеминарів.

**Надійність і вірогідність** результатів дослідження забезпечувалися теоретичним і методологічним обґрунтуванням вихідних положень дослідження; застосуванням відповідних меті дослідження способів апробації результатів констатувального й формувального етапів експерименту; адекватністю методів дослідження його завданням; використанням адекватних меті дослідження методів математичної статистики.

**Апробація та впровадження** результатів дослідження. Основні теоретичні положення і практичні результати дисертаційного дослідження обговорювалися й отримали схвалення на 11 Міжнародних та 8 науково-практичних конференціях різних рівнів, засіданнях кафедри психології Бердянського державного педагогічного університету (2015 – 2020 р. р.).

Результати дисертаційного дослідження *впроваджено* в освітній процес Бердянського державного педагогічного університету (довідка № 57-08/803 від 28.08.2020 р.), Донбаського державного педагогічного університету (довідка № 68-20-16/1 від 03.06.2020 р.), Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка (довідка № 634-33/03 від 06.07.2020 р.), Бердянського економіко-гуманітарного коледжу (довідка № 342 від 08.09.2020 р.), Маріупольського державного університету (довідка №01-24/570 від 07.09.2020 р.), Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди (довідка №529 від 07.09.2020 р.).

**Публікації.** Основний зміст та результати дисертаційного дослідження висвітлено в 26 публікаціях автора: 4 у фахових періодичних наукових виданнях, затверджених МОН України; 2 статті – у періодичних виданнях включених до міжнародних наукометричних баз, 20 – матеріали наукових конференцій та інших наукових видань.

**Структура та обсяг дисертації.** Дисертація складається з анотації, вступу, трьох розділів, висновків до розділів, висновків, списку використаних джерел (231 найменування, з яких 28 іноземною мовою) і додатків. Загальний обсяг дисертації становить 292 сторінок. Основний зміст дисертації викладено на 182 сторінках. Текст дисертації містить 17 таблиць та 22 рисунки загальним

обсягом 16 сторінок.

## **ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ**

У **вступі** обґрунтовано актуальність обраної теми, визначено об'єкт, предмет, мету, завдання і методи дослідження, сформульовано припущення, розкрито наукову новизну, теоретичне та практичне значення роботи, наведено дані про її апробацію та впровадження результатів у освітню діяльність закладів вищої освіти, дані про публікації, обсяг та структуру дисертаційної роботи.

У **першому розділі «Теоретичні засади формування самоповаги у студентів закладів вищої освіти»** визначено теоретико-методологічне підґрунтя дослідження, розглянуто основні підходи вітчизняних і зарубіжних вчених до визначення психологічної сутності самоповаги особистості; здійснено аналіз теоретичних положень з проблеми самоповаги особистості у структурі самосвідомості; розкрито проблему становлення самоповаги, її структури та генези, обґрунтовано психологічні умови її формування в студентському віці.

Здійснений теоретичний аналіз наукової літератури із зазначеної проблеми дозволяє простежити розвиток уявлень щодо сутності самоповаги в рамках філософії (Л. Архангельський, В. Блюмкін, І. Стремякова, В. Хвостов, А. Шишкін), педагогіки (Г. Сковорода, В. Сухомлинський) та психології (К. Абульханова, Б. Ананьєв, І. Бех, М. Боришевський, Б. Братусь, І. Кон, Г. Костюк, С. Максименко, С. Панталеєв, С. Рубінштейн, В. Столін).

Представлено аналіз феномена самоповаги в основних зарубіжних напрямках психологічної науки. На думку представників психоаналітичного напрямку (А. Адлер, К. Юнг), в основі самоповаги лежить бажання долати почуття неповноцінності через прагнення до досягнень; у межах функціонального напрямку (У. Джеймс), самоповага розглядалась як співвідношення між реалізованими можливостями та потенційними домаганнями; представниками біхевіорального напрямку (Г. Каплан, С. Коперсміт, М. Розенберг), самоповага вивчалась як стійка риса особистості, що виявляється в почутті схвалення на свою адресу, у судженнях про власну значущість та виступає в установках індивіда; у гуманістичній теорії (А. Маслоу, К. Роджерс), самоповага досліджувалась як прагнення до самоактуалізації, реалізації власного потенціалу.

Особливу увагу приділено особистісному підходу до вивчення самоповаги, в межах якого вона розглядається як важливий компонент самосвідомості особистості й відображає більш-менш стійкий рівень позитивного чи негативного ставлення індивіда до самого себе, як деяке універсальне та стале почуття, що зафіксоване у визначеннях глобальної самооцінки, ціннісного ставлення до себе крізь призму проблеми життєвих смислів, особистісних виборів, особистої відповідальності та суб'єктності особистості (К. Абульханова, І. Бех, А. Колишко, І. Кон, С. Панталеєв, І. Чеснова).

Більшість дослідників проблеми сходяться на думці, що самоповага характеризується позитивним ставленням до себе, прийняттям себе, визнанням

власної соціальної та людської цінності й обумовлюється рівнем домагань і досягнень власних цілей, а також є емоційно-ціннісним компонентом самосвідомості (С. Коперсміт, Дж. Марвел, М. Розенберг, Т. Титаренко, С. Тищенко, Р. Уайлі, Л. Уелс). Становлення самоповаги як особистісного утворення обумовлюється низкою зовнішніх впливів: повагою інших, контактами зі значущими іншими, досвідом спілкування та діяльності, ситуацією успіху (А. Белкін, Р. Бернс, В. Мерлін, В. Столін, К. Роджерс) та внутрішніх впливів: сталістю і стійкістю образу-Я, самовираженням, мотивом самоповаги, відчуттям власної компетентності, досягненням успіху, незалежністю і свободою у прийнятті рішень (А. Бандура, Х. Каплан, І. Кон, О. Кононко, А. Маслоу, Л. Сохань).

Проаналізовано вікові особливості розвитку самоповаги. Виявлено, що впродовж дошкільного та молодшого шкільного віку розвиток самоповаги спирається на оцінку дитини дорослими, характер її спілкування з ними та успішність у діяльності (В. Горбатих, Н. Дятленко, Г. Ліпкіна, Е. Еріксон). У підлітків розвиток самоповаги відбувається під впливом спілкування з ровесниками, оволодіння різними видами діяльності та власною поведінкою (Г. Каплан, Т. Манько, І. Чеснова). В результаті у юнацькому віці самоповага може бути чіткою або дифузною з негативним або позитивним ставленням до себе (С. Герасіна, І. Кон), що обумовлено особливостями всього попереднього процесу формування її особистості (Б. Ананьєв, В. Астахова, О. Дусавицький, О. Камінська, Л. Кьор). Розпочавши своє становлення на ранніх етапах онтогенезу, самоповага в юнацькому віці переходить на новий рівень, коли загальна самооцінка відображає відповідність поведінки власним поглядам, переконанням та результатам діяльності (Г. Каплан, В. Столін, Г. Олпорт).

Аналіз підходів до структури самоповаги в системі теоретичних положень науковців дозволяє розглядати самоповагу в студентському віці в єдності трьох компонентів: когнітивного, емоційно-ціннісного (С. Панталеєв, А. Петровський, В. Столін) та поведінкового, яким доповнили структуру самоповаги О. Колишко, Н. Сарджвеладзе. Саме трикомпонентна структура, на нашу думку, відображає особливість самоповаги в студентському віці: когнітивний компонент, який розкривається уявленням про самого себе та адекватною самооцінкою, що базується на самопізнанні та взаємодії з іншими людьми; емоційно-ціннісний компонент, який включає позитивні емоції, почуття та сенсоутворювальні мотиви, що стають основою загальної життєвої установки щодо себе; поведінковий компонент, у межах якого визначається постановка цілей та побудова планів стосовно себе й їх реалізація, здатність до саморегуляції.

На основі узагальнення психологічної літератури з проблеми самоповаги та вікових особливостей юнацтва ми визначаємо *самоповагу у студентському віці* як складне особистісне утворення, яке змістовно обумовлюється віковими новоутвореннями і включає когнітивний, емоційно-ціннісний, поведінковий компоненти й виявляється в усвідомленому визнанні власних сильних і слабких сторін та їх безумовному прийнятті, ціннісно-позитивному ставленні до себе, оцінці власних досягнень у різних сферах життя.



Теоретичний аналіз чинників, механізмів та умов формування самоповаги особистості на різних етапах її становлення дозволив виокремити й обґрунтувати психологічні умови оптимізації цього утворення в юнацькому віці: усвідомлене уявлення про себе (В. Балін, Т. Драгунова, І. Кон, Р. Лейнг, В. Столін, К. Роджерс); адекватна самооцінка (Є. Анісімова, І. Бех, Л. Бороздіна, Л. Долинська, А. Захарова, І. Зимня, С. Максименко, В. Мерлін, О. Молчанова, С. Рубінштейн, О. Спіркін, О. Трошихіна, І. Чеснокова та ін.); ставлення до себе, як до іншого (С. Куперсміт, Н. Сарджвеладзе, В. Столін, Д. Узнадзе); оцінка іншими власних досягнень (Є. Анісімова, І. Кон, К. Роджерс, О. Трошихіна); взаємодія зі значущими іншими (В. Горбатих, Е. Десі, Н. Дятленко, І. Кон, Ч. Кулі, Л. Кьор, Р. Райан); позитивна мотивація стосовно себе (Є. Анісімова, Є. Ільїн, Г. Каплан, С. Панталеєв, О. Трошихіна); реалізація власного потенціалу впевненості в собі (К. Абульханова, Б. Ананьєв, Л. Кьор, Д. Леонтєв, С. Максименко); потреба в досягненні успіху (Д. Аткинсон, У. Джемс, Д. Макклеланд, А. Шахвердова).

Визначені теоретичні положення покладено в основу емпіричного вивчення самоповаги студентів закладів вищої освіти.

Таблиця 1

**Компоненти, критерії, конструкти та методики діагностування самоповаги у студентів закладів вищої освіти**

Компоненти	Критерії	Конструкти	Психодіагностичні методики
Когнітивний	Усвідомлення себе носієм соціальних характеристик.	Розуміння сутності самоповаги; уявлення про себе; адекватна самооцінка; віра в ефективність власних дій; здатність до самопізнання в процесі взаємодії.	Анкета «Самоповага»; методика самооцінки особистості (С. Будассі); тест загальної самоефективності Р. Шварцера, М. Єрусалема, адапт. В. Ромека; суб'єктивна оцінка міжособистісних стосунків (С. Духновський).
Емоційно-ціннісний	Суб'єктивізація ціннісного ставлення до себе, емоцій, почуттів і сенсоутворювальних мотивів як основи загальної життєвої установки щодо себе.	Ціннісне ставлення до себе; позитивні емоції та почуття до себе; сенсоутворювальні мотиви життєвих установок щодо себе.	Тест-опитувальник самоставлення (В. Столін, С. Панталеєв); методика особистісного диференціала (Ч. Осгуд, адапт. Т. Федорова і О. Еткінда).
Поведінковий	Здатність до незалежності й свободи у прийнятті рішень стосовно себе та їх реалізації.	Конкретні дії стосовно себе; прагнення досягнення успіху; впевнена поведінка; постановка та реалізація цілей.	Тест-опитувальник самоставлення (В. Столін, С. Панталеєв); опитувальник потреби в досягненнях (Ю. Орлов); тест на асертивність (модифікований В. Каппоні, Т. Новак); моторна проба Й. Шварцландера.

У другому розділі «Експериментальне дослідження особливостей розвитку самоповаги особистості студента» визначено методичні підходи до емпіричного дослідження; виявлено кількісні показники структурних компонентів самоповаги та рівні її сформованості у студентів.

Дослідженню особливостей самоповаги в студентському віці передувало виокремлення критеріїв та конструктів сформованості її компонентів, визначення психодіагностичного інструментарію (табл. 1).

У констатувальному експерименті взяло участь 350 респондентів – студентів різних курсів закладів вищої освіти півдня, центру та сходу України.

Дослідження специфіки й динаміки розвитку структурних компонентів самоповаги студентів дозволило констатувати такі результати (табл. 2).

Таблиця 2

**Кількісні показники рівнів сформованості конструктів компонентів самоповаги (у %)**

Компоненти	Конструкти	Рівні		
		Високий	Середній	Низький
Когнітивний	Розуміння сутності самоповаги	28,00	44,00	28,00
	Уявлення про себе	22,00	48,00	30,00
	Адекватна самооцінка	2,57	51,14	2,57
	Віра в ефективність власних дій	36,00	50,57	13,43
	Здатність до самопізнання в процесі взаємодії	30,00	34,00	36,00
Емоційно-ціннісний	Ціннісне ставлення до себе	19,14	73,14	7,72
	Позитивні емоції та почуття до себе	14,57	84,29	1,14
	Сенсоутворювальні мотиви життєвих установок щодо себе	2,57	37,14	60,29
Поведінковий	Конкретні дії стосовно себе	48,29	23,43	28,28
	Прагнення досягнення успіху	6,86	81,43	11,71
	Впевнена поведінка	23,14	44,57	32,29
	Постановка та реалізація цілей	30,85	54,00	15,15

Згідно з результатами вивчення *когнітивного компоненту* прояву самоповаги в студентському віці виявлено, що в досліджуваних переважає середній рівень майже за всіма конструктами: *розумінням сутності самоповаги* (44,00%), *уявленням про себе* (48,00%), *адекватною самооцінкою* (51,14%), *вірою в ефективність власних дій* (50,57%). Це пояснюється недостатньою сформованістю розуміння сутності самоповаги, уявлень про себе, нестійкою самооцінкою, особистісною незрілістю і залежністю від підтримки, неспроможністю реально оцінювати власні можливості. За конструктом *здатність до самопізнання в процесі взаємодії* переважає низький рівень його сформованості (36,00%), що засвідчує наявну дисгармонію в міжособистісних стосунках, відсутність єдності, згоди з іншими, ослаблення позитивних емоційних зв'язків, переважання самотності. Загальні показники когнітивного компоненту мають такі значення: високий рівень – 28,57%, середній – 44,00%, низький – 27,43%.

Дослідження особливостей прояву *емоційно-ціннісного* компонента самоповаги студентів засвідчили, що в більшості респондентів переважає середній рівень сформованості *ціннісного ставлення до себе* (73,14%), *позитивних емоцій та почуттів до себе* (84,29%). Це означає, що студенти приймають себе як особистість, однак проявляють хитке балансування між негативними та позитивними почуттями щодо себе. Дослідження

*сенсоутворювальних мотивів життєвих установок щодо себе* показало, що в переважній кількості студентів наявний низький рівень – 60,29%, вони не мають цілісного сприйняття свого життя у взаємозв'язку між минулим, сьогоденням і майбутнім. Такі студенти не здатні моделювати і прогнозувати власну майбутню поведінку, нести відповідальність за процес і результат своєї життєдіяльності. Загальні показники когнітивного компонента такі: високий рівень 11,43% студентів, середній – 59,71%, низький – 28,86%.

За кількісними показниками *поведінкового* компонента прояву самоповаги студентів констатовано, що майже половина студентів (48,29%) мають високий рівень за показником *конкретні дії стосовно себе*, що характеризується ставленням до себе, як до самостійної вольової людини, гідної поваги, впевненої, що вона сама є джерелом активності як у діяльності, так і у сферах, що стосуються її особистості. За результатами вивчення *прагнення досягнення успіху* в більшості зафіксовано середні показники сформованості (81,43%). Це засвідчує, що вони обирають мету чергової дії залежно від результату переживання успіху чи неуспіху в минулому. За результатами діагностики конструктів *впевнена поведінка* (44,57%) та *постановка та реалізація цілей* (54,00%) переважає середній рівень. Це дозволяє стверджувати, що молоді люди не здатні чітко усвідомлювати власні бажання, проявляють впевненість лише в типових ситуаціях та в більшості випадків демонструють соціально бажану поведінку. Загальні показники поведінкового компонента мають такі значення: високий рівень прояву зазначеного компонента мають 27,43% студентів, середній – 54,86%, низький – 17,71%.

Узагальнення результатів дослідження компонентів самоповаги дозволило визначити *рівні* самоповаги (*високий, середній, низький*). *Високий* рівень самоповаги діагностовано у 22,57% досліджуваних, які характеризуються повним розумінням сутності самоповаги, розвиненим уявленням про самого себе, адекватним рівнем самооцінки, безумовним прийняттям себе, прагненням до високої оцінки оточуючими своїх досягнень, впевненістю в собі, незалежністю у прийнятті рішень та їх реалізації, високою активністю, товариськістю, реалістичним рівнем домагань, прагненням до поліпшення власних досягнень, самовдосконалення, досягнення складних цілей.

*Середній* рівень встановлено у 52,86% респондентів, які виявляють певну невизначеність у розумінні феномену самоповаги, недостатність уявлення про себе, нестійку самооцінку та нестабільність взаємодії з оточуючими, прагнуть до соціального схвалення, мають критичне ставлення до себе та помірний рівень домагань, стабільні й успішні при вирішенні завдань середньої складності, не прагнуть поліпшити власні досягнення та здібності й перейти до більш складних цілей.

Респонденти з *низьким* рівнем самоповаги (24,57%) мають несформоване уявлення про самого себе, неадекватну самооцінку, незадоволеність власною поведінкою, низьким рівнем прийняття самого себе, у них відсутні стійкі позитивні прояви стосовно себе. Це досліджувані з відчуттям знецінення

власної особистості, що залежні від зовнішніх обставин і оцінок; їх уявлення про себе носять запозичений характер; вони мають низький рівень домагань, обирають занадто легкі та прості цілі.

Результати констатувального експерименту щодо недостатнього рівня розвитку самоповаги зумовили необхідність пошуку шляхів, методів і засобів розробки психологічної програми формування цього феномену в студентському віці.

У третьому розділі **«Психологічні умови формування самоповаги у студентів закладів вищої освіти»** викладено загальну стратегію, мету й завдання формувального експерименту, представлено модель і психологічну програму формування самоповаги у студентів, подано результати її апробації, надано психологічні рекомендації психологам та кураторам академічних груп закладів вищої освіти щодо формування самоповаги у студентів.

Формувальний експеримент проводився зі студентами II-III курсів Бердянського державного педагогічного університету в позанавчальний час у рамках роботи психологічного гуртка. Враховуючи особливості прояву досліджуваних компонентів та визначені психологічні умови, ми розробили модель формування самоповаги у студентів закладів вищої освіти (рис 1).

Базовими для побудови психологічної моделі та програми формування самоповаги в студентському віці виступили положення особистісно-орієнтованого виховання І. Беха про всебічне врахування індивідуальних потреб і можливостей особистості; розкриття та розвиток її потенціалу; створення умов для індивідуальної самореалізації, розвитку та саморозвитку особистісних якостей; повага до особистості.

У відповідності до моделі розроблено програму формування самоповаги в студентському віці, основна мета якої полягала у систематичному і цілеспрямованому впливі на структурні компоненти досліджуваного феномену шляхом створення та реалізації теоретично визначених психологічних умов. Завдання програми: формування у студентів теоретичних уявлень про самоповагу та її структурні компоненти; усвідомлення значущості сформованості високого рівня самоповаги саме в студентському віці; сформованість ціннісного ставлення до себе; реалізація власного потенціалу та прагнення в досягненні успіху.

З метою виявлення ефективності запропонованої програми було сформовано дві групи – експериментальну (40 осіб) та контрольну (38 осіб). Експериментальну було поділено за принципом рівномірного розподілу учасників згідно з рівнем сформованості самоповаги на 3 групи по 13-14 осіб. Програма формування самоповаги студентів включала 24 заняття (тривалістю по 120 хвилин кожне) та реалізовувалася впродовж 2016-2017 навчального року один раз на тиждень.

Реалізація програми передбачала два етапи. Метою першого етапу було емоційне об'єднання учасників групи та індивідуальне саморозкриття кожного учасника. Головною метою другого етапу було безпосереднє формування структурних компонентів самоповаги у студентському віці: когнітивного, емоційно-ціннісного та поведінкового.

Комплексна психологічна програма формування самоповаги у студентському віці складалася з чотирьох модулів, націлених на розвиток і гармонізацію складових досліджуваного феномену через створення визначених психологічних умов засобами активного соціально-психологічного навчання. *Перший* модуль «Формування навичок саморефлексії та самопізнання» включав два заняття, завданням яких було налагодження психологічного контакту, створення позитивної мотивації в групі; розвиток навичок саморефлексії та самопізнання, створення оптимальних умов для саморозкриття студентів. *Другий* модуль «Формування уявлення про самого себе та самооцінки на основі накопиченого досвіду спілкування» включав п'ять занять, спрямованих на усвідомлення феномену самоповаги, його компонентів та проявів; аналіз власного досвіду спілкування та власної ролі в соціумі; формування здатності об'єктивної оцінки власного «Я»; розширення уявлення про себе. *Третій* модуль «Формування загальної позитивної життєвої установки» включав десять занять, націлених на формування позитивної взаємодії в просторі міжособистісних відносин; розвиток позитивного ставлення до себе і оточуючих, творчого підходу до життя; допомогу в усвідомленні характеру взаємодії із значущими іншими; формування впевненості в собі; сприяння прагненню учасників отримувати позитивну оцінку їхніх досягнень іншими; усвідомлення цінності власної особистості як основи життєвої перспективи; формування позитивного самоставлення; підвищення рівня позитивної мотивації; формування уявлення про власні можливості, усвідомлення власних прагнень і бажань. *Четвертий* модуль «Формування потреби в досягненні успіху та вміння реалізовувати власний потенціал» передбачав сім занять, завданнями яких були усвідомлення власного потенціалу; розвиток навичок впевненої поведінки; формування установки на успіх і відповідальності за власні дії; розвиток уміння планувати власні справи, ставити реально здійсненні цілі й досягати їх; розширення уявлення учасників про цілепокладання та сприяння побудові ними конкретних цілей щодо перспектив власного життя; виявлення й розвиток сильних сторін особистості як запоруки життєвого успіху.

Здійснення формувальних впливів відбувалося завдяки використанню таких методів і засобів як мінілекції, індивідуальні консультації, групові дискусії, воркшопи, вправи-ситуації; сторітелінг; складання ситуаційних 3D моделей; самоописи; проєктивне малювання. *Мінілекції* («Роль самоповаги у постановці цілей на майбутнє», «Взаємозв'язок самоповаги та впевненості в собі», «Вплив самоповаги на ролі, які ми обираємо», «Успіх – особистість – установка») були спрямовані на розкриття сутності поняття самоповаги та її ролі у становленні життєвої позиції особистості. Їхнім завданням також було поглиблення психологічних знань про способи її формування. *Індивідуальні консультації* давали студентам можливість проаналізувати власну поведінку, оволодіти прийоми емоційної підтримки, стати активними у процесі вирішення проблем та актуалізувати власний потенціал. *Відеофрагменти* (відеоролик «Основи самоповаги» 2017 р., фрагменти кінофільмів «Подолання», США 2006 р., «Людина, яка змінила все», США 2011 р., «Одержимість» США,

2013 р., «Подорож Гектора у пошуках щастя», Великобританія, 2014 р.) сприяли рефлексивному осмисленню кіносюжетів, обговорення яких допомагало знайти шляхи вирішення складних ситуацій, переосмислити власний внутрішній світ, мотивувати до цілеспрямованої та ефективної роботи над собою. *Складання ситуаційних 3D моделей* («Історія», «Діалог із собою», «До й після», «Я і моя мета», «Вільне місце», «Я та мій життєвий шлях») допомагали студентам в аналізі життєвого досвіду, вибудові уявлення про себе в різних життєвих ситуаціях, виявленні зовнішніх та внутрішніх ресурсів, формування загальної позитивної установки щодо себе. *Проективне малювання* («Символ ефективного спілкування», «Моє ідеальне та реальне «Я»», «Малюнок по колу», «Карта мого майбутнього», «Я в символічній формі», «Конфлікт двох кольорів») сприяло самовираженню, розвитку й вдосконаленню самооцінювання, сприйманню емоційного стану та якостей інших людей, давало інформацію для діагностики й інтерпретації особистісних проблем, дозволяло працювати з несвідомими прагненнями й почуттями учасників. *Сторітелінг* («Історія», «Подорож-казка», «Всесвіт мого «Я», «Головна тема») сприяв розкриттю внутрішнього світу, усвідомленню себе й інших як неповторних індивідуальностей, осмисленню пережитого, моделюванню бажаного майбутнього, зміцненню позитивного уявлення про себе, розумінню власного емоційного стану. Поєднання проективного малювання та сторітелінгу підсилювало розвивальний ефект. *Вправи-ситуації* («Несвідомі світи», «Визначення власної ролі», «Проблеми героїв», «Обмін думками», «Аукціон», «Ситуація в автобусі», «Валіза», «Групова машина») активізували глибинні зміни в особистості, стимулювали до рефлексії та саморозвитку шляхом аналізу ситуацій через звернення до досвіду інших, сприяли прагненню до набуття й накопиченню успішного власного досвіду, навчали ефективній взаємодії, вмінню переконувати інших, чути й розуміти їх думки. *Воркшопи* («Мозковий штурм», «Безлюдний острів», «Плутанина», «Співпраця», «Співбесіда», «Постановка індивідуальних цілей», «Самоповага») були спрямовані на активізацію самостійності студентів їх актуального досвіду, особистих переживань, міжособистісної взаємодії, усвідомлення власної ролі через прийняття спільних рішень, студенти оцінювали себе з точки зору оточуючих, формуючи модель поведінки в конкретній ситуації. За допомогою *самоописів* («Автопортрет», «Чим би я був?», «Мої досягнення», «Я з різних позицій», «Самопрезентація», «Що я думаю про себе», «Я в променях сонця») формувалися навички саморозуміння й самоусвідомлення за рахунок можливості поглянути на себе з різних позицій, усвідомлення власної значимості. *Групові дискусії* («Контраргументи», «Проблеми героїв», «Ресурс», «Успіх – особистість – установка») дозволяли створювати умови для саморозкриття, формували вміння вести полеміку.

При аналізі динаміки показників рівнів самоповаги результати діагностики за методом «поперечних зрізів» до та після формувального експерименту надали можливість визначити кількісні та якісні зміни, які відбувалися після завершення формувального експерименту.

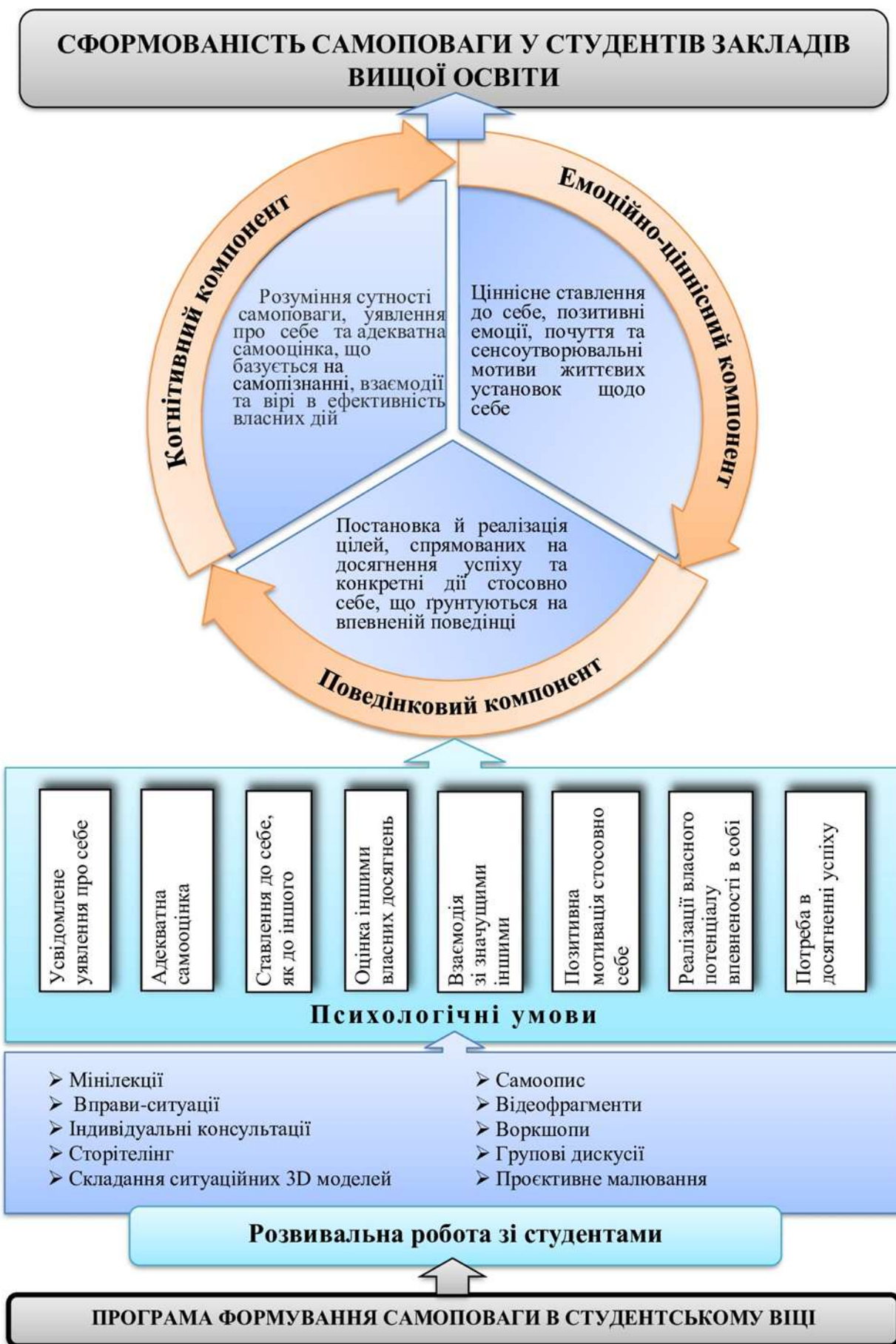


Рис. 1. Модель формування самоповаги у студентів закладів вищої освіти

Ми констатували, що в експериментальній групі збільшилися кількісні показники *високого рівня* сформованості самоповаги (з 22,50% до 42,50%), що проявилось у поглибленні уявлень про себе, наявності адекватної самооцінки, позитивного ставлення й інтересу до себе, безумовного прийняття себе, упевненості та незалежності в діях, реалістичного рівня домагань, прагнення до самовдосконалення та досягнення складних цілей. У кількісних показниках на сформованості самоповаги у зазначеній групі суттєвих змін не відбулося (із 52,50% до 55,00%). У студентів залишилося недостатньо повне уявлення про себе, нестійка самооцінка, прагнення до соціального схвалення, критичне ставлення до самого себе, помірний рівень домагань. Водночас суттєво зменшилися показники *низького рівня* сформованості самоповаги в досліджуваних студентів (із 25,00% до 2,50%), які проявляли запозичені уявлення про себе, незадоволення власною поведінкою, рівнем досягнень, демонстрували відчуття власної меншовартості, неготовність відповідати за власне життя.

Значущої різниці в кількісних і якісних показниках рівнів самоповаги досліджуваних контрольної групи до і після формувального експерименту не виявлено.

Результати порівняльного аналізу середніх значень показників компонентів самоповаги в експериментальній і контрольній групах до та після формувального експерименту засвідчили, що комплекс взаємопов'язаних психологічних умов спричинив позитивні зміни у проявах конструктів самоповаги в експериментальній групі. У когнітивному компоненті в зоні статистичної значущості знаходяться показники таких конструктів: «Розуміння студентами сутності самоповаги» ( $t_{emn}=3,52$ ,  $p < 0,01$ ); «Уявлення про себе» ( $t_{emn}=3,50$ ,  $p < 0,01$ ); «Адекватна самооцінка» ( $t_{emn}=3,00$ ,  $p < 0,01$ ); «Здатність здійснювати певні конкретні дії» ( $t_{emn}=3,11$ ,  $p < 0,01$ ); «Здатність до самопізнання в процесі взаємодії» ( $t_{emn}=3,48$ ,  $p < 0,01$ ). Отримані статистичні дані вказують на те, що у студентів сформувалися позитивно-стійкі уявлення про себе, підвищилась самооцінка та здатність до самопізнання через гармонійну взаємодію з іншими.

Серед конструктів емоційно-ціннісного компонента в зоні статистичної значущості знаходиться конструкт «Сенсоутворювальні мотиви життєвих установок щодо себе» ( $t_{emn}=4,11$ ,  $p < 0,001$ ), що засвідчує здатність у студентів гармонійно поєднувати власні цінності та смисли поведінки та діяльності з суспільними цінностями. За такими конструктами цього компоненту як «Ціннісне ставлення до себе», «Позитивні емоції та почуття стосовно себе» статистично значущих змін не виявлено. Це пояснюється тим, що вже на етапі початкової діагностики числові показники за цими конструктами порівняно з іншими були високими.

У поведінковому компоненті в зоні статистичної значущості знаходяться показники наступних конструктів «Конкретні дії стосовно себе» ( $t_{emn}=3,08$ ,  $p < 0,01$ ); «Впевнена поведінка» ( $t_{emn}=3,70$ ,  $p < 0,001$ ); «Постановка та реалізація цілей» ( $t_{emn}=3,21$ ,  $p < 0,01$ ). Це свідчить про впевненість студентів у тому, що вони спроможні відповідати за себе та власну поведінку й регулювати її.



Статистично значущих змін за конструктом «Рівень домагань, що підтримує процес формування цілей» не виявлено, оскільки вже на етапі констатації у студентів числові показники цього конструкта були вищими за показники інших. Ці студенти здатні ставити цілі та досягати їх, проявляють цілеспрямованість і обґрунтованість власних дій, реально оцінюють свої можливості.

Отже, найбільш суттєві зміни відбулися в кількісних показниках когнітивного та поведінкового компонентів самоповаги у студентів закладів вищої освіти.

Зміни, що відбулися у контрольній групі за всіма показниками конструктів самоповаги, не набули статистичної значущості.

Наведені вище результати доводять правомірність визначених психологічних умов формування самоповаги, підтверджують ефективність розробленої психологічної програми формування зазначеного особистісного утворення та доцільність її використання в роботі зі студентами.

Орієнтуючись на ефективність психологічних заходів, описаних у дисертаційній роботі, було розроблено й запропоновано рекомендації психологам та кураторам академічних груп закладів вищої освіти, спрямовані на формування самоповаги та особистісне зростання студентів з урахуванням психологічних умов цього процесу.

## ВИСНОВКИ

У дисертації здійснено теоретичне узагальнення й емпіричне вивчення проблеми психологічних умов формування самоповаги в студентському віці, яке виявилось у теоретичному обґрунтуванні сутності поняття «самоповага у студентському віці», виявленні структури, критеріїв і рівнів прояву самоповаги в студентському віці, визначенні психологічних умов формування досліджуваного утворення, розробці психологічної моделі й програми формування самоповаги в студентському віці.

1. Самоповага як особистісне утворення є емоційно-ціннісною складовою самосвідомості й виявляється в позитивному ставленні до себе, прийнятті себе, визнанні власної соціальної і людської цінності; обумовлюється рівнем домагань і досягнень власних цілей. Формування самоповаги обумовлено повагою інших, контактами зі значущими іншими, досвідом спілкування та діяльності, ситуацією успіху, сталістю і стійкістю образу-Я, самовираженням, мотивом самоповаги, відчуттям власної компетентності, досягненням успіху, незалежністю та свободою у прийнятті рішень.

Самоповага в студентському віці є складним особистісним утворенням, яке змістовно обумовлюється віковими новоутвореннями та включає когнітивний, емоційно-ціннісний, поведінковий компоненти й виявляється в усвідомленому визнанні власних сильних і слабких сторін та їх безумовному прийнятті, ціннісно-позитивному ставленні до себе, оцінці власних досягнень у різних сферах життя.

Виділено структурні компоненти самоповаги: когнітивний, емоційно-ціннісний та поведінковий. Критерієм розвитку когнітивного компонента є

усвідомлення себе носієм позитивних соціальних характеристик; до його конструктів віднесено розуміння сутності самоповаги, уявлення про себе, адекватна самооцінка, пізнання себе у процесі взаємодії. Критеріями розвитку емоційно-ціннісного компонента виступає суб'єктивізація ціннісного ставлення до себе, емоцій, почуттів і сенсоутворювальних мотивів як основи загальної життєвої установки щодо себе; конструкти – ціннісне ставлення до себе, позитивні емоції, почуття та сенсоутворювальні мотиви, життєві установки щодо себе. Критерієм розвитку поведінкового компонента є здатність до незалежності та свободи у прийнятті рішень стосовно себе та їх реалізації, а конструктами є постановка та реалізація цілей, спрямованих на досягнення успіху та конкретні дії стосовно себе, що ґрунтуються на впевненій поведінці.

Психологічною основою формування самоповаги в студентському віці виступає комплекс взаємопов'язаних і взаємозалежних умов, визначених на основі теоретичного аналізу, до яких ми віднесли: усвідомлене уявлення про себе; адекватну самооцінку; ставлення до себе, як до іншого; оцінку іншими своїх досягнень; взаємодію зі значущими іншими; позитивну мотивацію стосовно себе; реалізацію власного потенціалу впевненості в собі; потребу в досягненні успіху.

2. Емпірично досліджено особливості прояву структурних компонентів самоповаги в студентському віці відповідно до визначених критеріїв і конструктів. Вивчення когнітивного компонента показало, що у студентів переважає середній та низький рівень когнітивної усвідомленості, виявлено нестійку самооцінку, що засвідчує незрілість і залежність від підтримки й оцінки оточуючих. Дослідження емоційно-ціннісного компонента самоповаги дозволило констатувати, що переважна більшість досліджуваних має середній рівень його розвитку, у них недостатньо виражені сенсоутворювальні мотиви життєвих установок щодо себе. Вивчення ціннісного ставлення до себе й позитивних емоцій і почуттів стосовно себе знаходиться на середньому рівні. У показниках поведінкового компонента виявлено найменшу кількість респондентів з низьким рівнем розвитку цього компонента порівняно з двома іншими, що вказує на позитивні зрушення у розвитку індивідуальної системи прийняття рішень стосовно себе та їх реалізації.

3. Згідно з теоретично встановленими критеріями розвитку самоповаги в студентському віці, спираючись на якісні показники структурних компонентів досліджуваного особистісного утворення, було встановлено такі рівні самоповаги: *високий рівень самоповаги* в студентському віці, що характеризується розвиненим уявленням про самого себе, адекватним рівнем самооцінки, позитивним ставленням до себе, схильністю усвідомлювати себе носієм соціально бажаних характеристик, інтересом до самого себе, безумовним прийняттям себе, прагненням до високої оцінки власних досягнень оточуючими, упевненістю в собі, незалежністю, здатністю розраховувати на власні сили у складних ситуаціях, високою активністю, товариськістю, реалістичним рівнем домагань, прагненням до поліпшення власних досягнень, самовдосконалення, вирішення все більш складних завдань, до досягнення складних цілей; *середній рівень* – це недостатньо повне уявлення про самого

себе, нестійка самооцінка, середній рівень товариськості, очікування позитивного ставлення до себе від оточуючих, прагнення до соціального схвалення, критичне ставлення до самого себе, спокійні емоційні реакції, помірний рівень домагань, стабільність і успішність у вирішенні завдань середньої складності, відсутність прагнення поліпшити власні досягнення та здібності й перейти до більш складних цілей; *низький рівень*, який вказує на несформоване уявлення про себе, неадекватну самооцінку, незадоволеність власною поведінкою, низький рівень прийняття самого себе, зневіру у власних силах, відчуття меншовартості, нездатність дотримуватися прийнятої лінії поведінки, залежність від зовнішніх обставин і оцінок, самозвинувачення; низький або нереалістично занижений рівень домагань, вибір занадто легких та простих цілей, «комплекс неповноцінності». Емпіричне вивчення самоповаги показало переважання середнього рівня її розвитку у студентів. Показники в межах високого рівня зафіксовано в незначній кількості, що й обумовило необхідність розробки психологічної програми формування самоповаги у студентів закладів вищої освіти.

4. Методологічним підґрунтям розробки моделі та психологічної програми формування самоповаги в студентському віці стали положення особистісно-орієнтованого виховання І. Беха про всебічне врахування індивідуальних потреб і можливостей особистості, розкриття та розвиток її потенціалу; створення умов для індивідуальної самореалізації, розвитку й саморозвитку її особистісних якостей; повага до особистості кожного в її індивідуальних проявах.

Структурна, змістовна й організаційна цілісність програми сприяли оптимізації визначених умов та гармонізації когнітивного, емоційно-ціннісного й поведінкового компонентів самоповаги через реалізацію чотирьох модулів програми (формування навичок саморефлексії та самопізнання; уявлень про себе та самооцінки; загальної позитивної життєвої установки; потреби в досягненні успіху та вміння реалізовувати власний потенціал) за допомогою психодинамічних вправ, проєктивного малювання, самоописів, дискусій, складання ситуаційних 3D-моделей тощо.

Позитивні зміни в проявах компонентів і рівнях самоповаги проявились завдяки більш усвідомленому ставленню студентів до себе, новим знанням про себе, які почали регулювати й визначати емоції, адресовані власному «Я», більш сталому уявленню про себе як цілісну особистість, відмінну від інших (когнітивний компонент); усвідомленню себе носіями позитивних і соціально бажаних характеристик, відчуттю задоволення собою, переживанню позитивних емоцій і почуттів щодо себе як у ситуаціях успіху, так і невдач, адекватному оцінюванню власних переваг і недоліків (емоційно-ціннісний компонент); формуванню критичності, упевненості в тому, що вони є джерелом активності як у діяльності, так і у спілкуванні, відчуттю того, що доля знаходиться в їхніх руках, ставленню до себе, як до впевненої, самостійної, вольової особистості, гідної поваги (поведінковий компонент).

Розроблено психологічні рекомендації, спрямовані на допомогу психологам та кураторам академічних груп закладів вищої освіти в роботі з

підвищення рівня самоповаги у студентів, формування в студентів адекватної самооцінки, ціннісного ставлення до себе, впевненої поведінки в постановці й реалізації власних цілей, самоактуалізації особистості юнацького віку.

Проведене дисертаційне дослідження не вичерпує всіх аспектів означеної проблеми. Перспективи її вивчення пов'язані з подальшим дослідженням психологічних умов і механізмів формування самоповаги в людей дорослого віку.

## СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

### *Статті в наукових фахових виданнях України*

1. Малихіна О. А. Основні напрями та підходи в дослідженні самоповаги як особистісного утворення. *Проблеми сучасної психології*. Запоріжжя, 2015. № 1(7). С. 136-143.

2. Малихіна О. А. Психологічні характеристики самоповаги особистості. *Проблеми сучасної психології*. Запоріжжя, 2015. № 2(8). С. 154-160.

3. Малихіна О. А. Обґрунтування психологічних умов формування самоповаги у студентському віці. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. Херсон, 2015. Вип. 5. С. 106-110.

4. Малихіна О. А. Дослідження когнітивного компоненту в структурі самоповаги студентів. *Науковий часопис національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки*. Київ, 2017. Вип.6 (51). С. 249-257.

*Статті у зарубіжних, фахових періодичних виданнях та збірниках, включених до міжнародних наукометричних баз:*

5. Малихіна О. А. Дослідження емоційно-ціннісного компоненту в структурі самоповаги студентів. *Проблеми сучасної психології*. Запоріжжя, 2017. № 1(11). С. 51-55.

6. Малихіна О. А. Теоретичне обґрунтування моделі формування самоповаги в студентському віці. *Психологічний часопис*. Київ, 2020. № 3(6). С. 144-153. <https://doi.org/10.31108/1.2020.6.3.14>

7. Малихіна О. А. Динаміка змін показників структурних компонентів самоповаги в студентському віці: реалізація корекційно-розвивальної програми. *Психологічний часопис*. Київ, 2020. № 4(6). С. 248-256. <https://doi.org/10.31108/1.2020.6.4.21>

*Статті у інших наукових виданнях:*

8. Малихіна О. А. Піскова терапія як інструмент самопізнання особистості. *Освіта і суспільство: міжнародний збірник наукових праць*. Бердянський державний педагогічний університет, 2016. С. 372-381. [https://bdpu.org.ua/wp-content/uploads/2019/10/Papers\\_Berdyansk\\_2016.pdf](https://bdpu.org.ua/wp-content/uploads/2019/10/Papers_Berdyansk_2016.pdf)

*Участь у 25 наукових конференціях загальним обсягом 3,8 друкованих аркушів.*

### АНОТАЦІЇ

**Малихіна О. А. Психологічні умови формування самоповаги у студентів вищих навчальних закладів. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.**

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». – Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, Київ, 2021.

Дисертація присвячена теоретико-експериментальному дослідженню психологічних умов формування самоповаги у студентів закладів вищої освіти. Визначено сутність поняття «самоповага в студентському віці»; виокремлено структурні компоненти самоповаги в студентському віці: когнітивний, емоційно-ціннісний, поведінковий, їх критерії та конструкти. Виявлені психологічні умови формування самоповаги (усвідомлене уявлення про себе; адекватна самооцінка; ставлення до себе, як до іншого; оцінка іншими власних досягнень; взаємодія зі значущими іншими; позитивна мотивація стосовно себе; реалізація власного потенціалу впевненості в собі; потреба в досягненні успіху) у студентів закладів вищої освіти. Емпірично здійснено порівняльний аналіз особливостей становлення структурних компонентів самоповаги, досліджено рівні її розвитку (високий, середній, низький). Обґрунтовано модель і розроблено й апробовано психологічну програму формування самоповаги у студентів закладів вищої освіти. Доведено її ефективність і доцільність впровадження в освітній процес закладів вищої освіти.

**Ключові слова:** самоповага, студентський вік, компоненти самоповаги, психологічні умови формування самоповаги, модель формування самоповаги у студентів закладів вищої освіти, психологічна програма формування самоповаги у студентів.

**Малыхина О. А. Психологические условия формирования самоуважения у студентов высших учебных заведений. – Квалификационный научный труд на правах рукописи.**

Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.07 «Педагогическая и возрастная психология». – Национальный педагогический университет имени М. П. Драгоманова, Киев, 2021.

Диссертация посвящена теоретико-экспериментальному исследованию психологических условий формирования самоуважения у студентов высших учебных заведений. Осуществлен теоретический анализ проблемы формирования самоуважения. Определено психологическое содержание и сущность понятия «самоуважение в студенческом возрасте». Выделены структурные компоненты и конструкты самоуважения в студенческом возрасте – когнитивный (понимание сущности самоуважения, представление о себе, сформированная самооценка, способность осуществлять конкретные действия, способность к самопознанию в процессе взаимодействия), эмоционально-ценностный (ценностное отношение к себе, положительные эмоции, чувства и смыслообразующие мотивы, которые становятся основой общей жизненной установки по отношению к себе) и поведенческий (конкретные действия по отношению к себе, мотивация достижения успеха, уверенное поведение, постановка и реализация целей). Обоснованы психологические условия формирования самоуважения в студенческом возрасте (осознанное представление о себе; адекватная самооценка; отношение к себе, как к другому;

оценка другими своих достижений; позитивное взаимодействие со значимыми другими; положительная мотивация по отношению к себе; реализация собственного потенциала уверенности в себе; потребность в достижении успеха).

В ходе эмпирического исследования определены психологические особенности самоуважения студентов и обоснованы критерии (осознание себя носителем социальных характеристик; субъективизация ценностного отношения к себе, эмоций, чувств и смыслообразующими мотивов, как основы общей жизненной установки по отношению к себе, способность к независимости и свободе в принятии решений относительно себя и их реализации) качественные и количественные показатели и уровни (низкий, средний, высокий) проявления самоуважения в студенческом возрасте. Представлена модель формирования самоуважения у студентов заведений высшего образования, для реализации которой разработана и апробирована психологическая программа. Доказана эффективность и необходимость внедрения данной программы в образовательный процесс учреждений высшего образования.

**Ключевые слова:** самоуважение, студенческий возраст, компоненты самоуважения, психологические условия формирования самоуважения, модель формирования самоуважения у студентов учреждений высшего образования, психологическая программа формирования самоуважения у студентов.

**Malykhina O. A. The psychological conditions of self-esteem formation at students of higher educational establishments. – Qualifying scientific work as a Manuscript.**

The thesis for getting a scientific degree of candidate of psychological sciences according to specialty 19. 00. 07 – «Pedagogical and age psychology». – Berdiansk state pedagogical university, Berdiansk; National M. Dragomanov pedagogical university, Kyiv, 2021.

The thesis is devoted to the theoretical and experimental researching the psychological conditions of self-esteem formation at students of higher educational establishments. There have been defined the essence of the notion “self-esteem at student age”; there have been highlighted the structural components of self-esteem at student age – cognitive, emotional and value, behavioral, their criteria and constructs. In the work there have been determined psychological conditions of self-esteem (awareness of self-image; adequate self-esteem; attitude to oneself as to another; estimation of own achievements by others; interaction with significant others; presence of positive motivation as for yourself; realization of self-confidence potential; need for success achievement) at students of establishments of higher education.

There have been made the comparative analysis of peculiarities of becoming the structural components of self-esteem and there have been defined the levels of its development (high, middle, low). The author has substantiated the model, worked out and tested the psychological program of self-esteem formation at students of higher educational establishments. There have been proved the efficiency and expediency of

introduction in the educational process of establishments of higher education.

**Key words:** self-esteem, student age, components of self-esteem, psychological conditions of self-esteem formation, the model of self-esteem formation at students of establishments of higher education, psychological program of self-esteem formation at students.



Підписано до друку 01.04.2021 р. Формат 60x84/16.

Папір офсетний. Гарнітура Times.

Наклад 100 прим. Зам. № 086

Віддруковано з оригіналів.

---

Видавництво Національного педагогічного університету  
імені М.П. Драгоманова. 01601, м. Київ-30, вул. Пирогова, 9  
Свідоцтво про реєстрацію № 1101 від 29.10.2002.  
(044) 239-30-26.