

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЛІНГВІСТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра психології і туризму

Кваліфікаційна робота бакалавра з психології
на тему: «Самооцінка як фактор академічної успішності студентської
молоді»

Допущено до захисту

« ____ » _____ року

Здобувача вищої освіти групи Пс 02-21

Факультету туризму, бізнесу і

психології освітньої програми «Практична
психологія»

за спеціальністю 053 «Психологія»

Кагарлицького Іллі Тарасовича

Завідувач кафедри психології і
туризму

_____ проф. БОНДАРЕНКО

Науковий керівник:

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри психології і туризму,

Каряка Інна Вікторівна

Національна шкала _____

Кількість балів _____

Оцінка ЄКТС _____

ЗМІСТ

ВСТУП		4
	ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ	9
РОЗДІЛ 1.	САМООЦІНКИ ЯК ФАКТОРА АКАДЕМІЧНОЇ УСПІШНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	
1.1.	Поняття самооцінки в психологічній науці: зміст, структура та функції	9
1.2.	Академічна успішність як психологічний феномен: критерії, показники, чинники	17
1.3.	Взаємозв'язок самооцінки з академічною успішністю: огляд вітчизняних та зарубіжних досліджень	24
	Висновки до першого розділу	31
	ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ	33
РОЗДІЛ 2.	САМООЦІНКИ ТА АКАДЕМІЧНОЇ УСПІШНОСТІ СТУДЕНТІВ	
2.1.	Організація та методи дослідження самооцінки і її впливу на академічну успішність	33
2.2.	Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження	39
2.3.	Практичні рекомендації для підвищення академічної успішності студентів через розвиток їхньої самооцінки	49
	Висновки до другого розділу	54
	ВИСНОВКИ	56
	СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	58
	ДОДАТКИ	65
	РЕЗЮМЕ/RESUME	82

ВСТУП

Актуальність теми. Сучасна система вищої освіти спрямована на формування конкурентоспроможного фахівця, здатного до самостійного навчання, саморозвитку та адаптації до динамічних умов ринку праці. У цьому контексті важливу роль відіграють особистісні якості, зокрема самооцінка, яка виступає важливим психологічним конструктом, який визначає ставлення особистості до самої себе, впливає на поведінку, вибір цілей і способів їх досягнення. Окрім цього, самооцінка є ключовим фактором академічної успішності здобувачів вищої освіти та розглядається як інтегральний показник їхньої інтелектуальної, мотиваційної та особистісної зрілості, що відображає не лише рівень засвоєння навчального матеріалу, але й здатність застосовувати знання на практиці, розв'язувати проблеми, адаптуватися до нових умов та ефективно взаємодіяти у соціальному середовищі. В свою чергу, академічна успішність студентів є важливим показником, що відображає не лише їхні знання, навички та здатність до засвоєння навчального матеріалу, але й низку психологічних особливостей, серед яких самооцінка займає ключове місце. Вона визначає рівень впевненості у власних силах, здатність до подолання труднощів, наполегливість у досягненні цілей, а також впливає на формування мотивації до навчання та ставлення до власних успіхів і невдач. Таким чином, самооцінка є не лише індикатором психологічного благополуччя студента, а й потужним регулятором його навчальної діяльності, що зумовлює академічні досягнення. Відповідно до цього, дослідження взаємозв'язку та впливу самооцінки на академічну успішність студентів є важливим як для оптимізації освітнього процесу так і для розробки ефективних психолого-педагогічних стратегій, спрямованих на підтримку особистісного розвитку студентів. Це дозволить виявити чинники, що сприяють формуванню адекватної самооцінки, а також визначити шляхи підвищення мотивації до навчання, стресостійкості та впевненості у власних силах.

Зацікавленість даною проблематикою здійснювалася в багатьох галузях наукового пізнання: філософія, соціологія, педагогіка, культурологія. Так, в філософії самооцінка розглядається як невід'ємний елемент самосвідомості, що визначає ставлення людини до себе, її сенс життя, здатність до самореалізації та формування ціннісних орієнтирів і світоглядних установок; соціологія аналізує вплив соціального середовища, культурних і економічних факторів на формування самооцінки, а також її роль у досягненні освітніх і професійних результатів; педагогіка зосереджується на питаннях розвитку самооцінки в освітньому процесі, розробці методів і технологій, які сприяють формуванню позитивного ставлення студентів до себе та до навчання; культурологія вивчає самооцінку в контексті культурних норм, традицій і суспільних очікувань.

Окрім цього самооцінку різносторонньо вивчають і в психології, зокрема в таких її галузях: загальна психологія досліджує природу, механізми формування та функціонування самооцінки як базового елемента особистості; вікова психологія аналізує особливості розвитку самооцінки на різних етапах життя, зокрема у дитячому, підлітковому та юнацькому віці; педагогічна психологія вивчає роль самооцінки у навчанні, її вплив на мотивацію, успішність і ставлення до навчального процесу; соціальна психологія досліджує вплив соціального оточення, групової динаміки та міжособистісних відносин на формування самооцінки; когнітивна психологія вивчає роль когнітивних схем, установок і переконань у формуванні та підтримці самооцінки; психологія особистості аналізує самооцінку як ключовий компонент особистісної структури, її вплив на самореалізацію та адаптацію.

Дослідженням питання самооцінки та її впливу на академічну успішність займалися вітчизняні науковці, як Березовська Л., Ісаєвич С., Котлова Л. О., Тичина І. М., Шикірава Н. М., Кузнецова М., Ляшенко Б., Беляєва Н., Малихіна О. А., Марченко Є. О., Павлюк Т. О., Михальчук Р. Ю., Паржницький В., Гречановська О., Пономаревський С., Прохоренко Я. С., Прядко Б. В., Пухно С. В., Староста В. І., Тіщук О. А., Маєвська О. М., Чернова Т. Ю., Язева Х. В. В їхніх працях увага зосереджувалась на таких аспектах самооцінки як: роль самооцінки

у формуванні мотивації до навчання, вплив академічної саморегуляції на когнітивний розвиток, зв'язок самооцінки з перфекціонізмом та оптимізмом, особливості самооцінки студентів, які поєднують навчання з роботою, умови формування самоповаги у студентів, вплив психологічного комфорту на досягнення студентів у контексті онлайн-навчання, гендерні аспекти самооцінки та мотивації, а також залежність успішності від психологічних параметрів особистості.

Серед зарубіжних дослідників, які займались вивченням цього питання варто виділити Abuzar M., Purwandari E., De Prada E., Mareque M., Pino-Juste M., D'Mello L., Monteiro M., Pinto N., Hinduja P., Fakir Mohammad R., Siddiqui S., Ghasempour S., Hidalgo-Fuentes S., Ullah H., Shahzada G., Khan H. N. Інтерес їхніх праць було спрямовано на вивчення зв'язку самооцінки з академічними досягненнями у студентів з урахуванням гендерних та вікових аспектів, вплив командної роботи на покращення самооцінки студентів, зв'язку між самооцінкою та академічною продуктивністю та зв'язку з академічною прокрастинацією, роль мотивації в контексті підвищення самооцінки студентів на різних етапах навчання.

Відповідно до цього можна сказати, що означена проблематика є багатогранною та міждисциплінарною, оскільки самооцінка вивчається в різних галузях психології та інших наук, що дозволяє глибше розуміти її вплив на особистісний розвиток, академічну успішність і соціальну адаптацію. Проте, незважаючи на наявність значної кількості досліджень, існує потреба в комплексному підході до вивчення впливу самооцінки на академічну успішність, особливо в контексті сучасних змін в освітніх практиках та соціальних умовах. Саме цим і обумовлений вибір теми нашого дослідження: «Самооцінка як фактор академічної успішності студентської молоді» .

Об'єкт дослідження: самооцінка студентської молоді.

Предмет дослідження: самооцінка як фактор академічної успішності студентської молоді.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та експериментально дослідити самооцінку як фактор академічної успішності студентської молоді.

Визначена мета дає змогу виокремити **основні завдання** нашого дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз вивчення самооцінки як фактору академічної успішності студентської молоді.

2. Провести емпіричне дослідження самооцінки як фактору академічної успішності студентської молоді.

3. Здійснити аналіз та інтерпретацію отриманих результатів.

4. Розробити практичні рекомендації здобувачам щодо врегулювання самооцінки задля підвищення академічної успішності.

Методи дослідження:

теоретичні методи: аналіз, систематизація, класифікація, конкретизація, порівняння та узагальнення теоретичних і емпіричних даних вітчизняних і зарубіжних досліджень.

емпіричні методи: констатувальний експеримент, методи опитування (тестування);

Для вирішення поставлених завдань щодо вивчення самооцінки як фактору академічної успішності студентської молоді було використано ряд психодіагностичних методик:

а) Методика «Шкала самооцінки» для загального визначення рівня самооцінки студентів;

б) Методика «Дослідження самоповаги» для визначення рівня самоповаги та її зв'язку з успішністю;

в) Методика «Рівень впевненості в собі (Ф. Зімбардо)» для оцінки впевненості в собі як складової самооцінки;

методи статистично-математичної обробки даних: Аналіз даних здійснювався за допомогою критерія Пірсона для виявлення кореляційних зв'язків між рівнем самооцінки та академічною успішністю. Додатково був проведений регресійний аналіз для оцінки прогнозування успішності на основі

самооцінки. Розрахунки виконані з використанням програмного забезпечення SPSS Statistics.

Практичне значення роботи полягає в можливості використання її матеріалів в освітній та психологічній практиці. Результати дослідження можуть бути інтегровані у викладання навчальних курсів у закладах вищої освіти, таких як «Вікова психологія», «Педагогічна психологія», «Психологія особистості» та інші дисципліни. Також вони можуть стати основою для розробки тренінгових програм, спрямованих на підвищення академічної успішності студентів через розвиток їхньої самооцінки. Отримані дані корисні для психологів у консультативній діяльності, спрямованій на формування самоповаги та впевненості у студентів, а також для педагогів і кураторів груп у роботі зі студентською молоддю.

Структура та обсяг дипломної роботи. Кваліфікаційна робота складається із вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел, що налічує 50 найменувань (з них – 4 іноземною мовою), додатків на 7 сторінках.. Основний зміст роботи викладений на 56 сторінках і містить 3 таблиці, 4 рисунки, на 5 сторінках. Загальний обсяг роботи – 84 сторінка.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ САМООЦІНКИ ЯК ФАКТОРА АКАДЕМІЧНОЇ УСПІШНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

1.1. Поняття самооцінки в психологічній науці: зміст, структура та функції

Самооцінка є фундаментальним психологічним конструктом, що відіграє ключову роль у формуванні особистості, регуляції поведінки та адаптації індивіда до соціального середовища. У психологічній науці самооцінка розглядається як суб'єктивне ставлення людини до самої себе, що формується на основі особистого досвіду, соціальних взаємодій та індивідуальних особливостей сприйняття. Вона відображає рівень задоволеності собою, своїми можливостями та досягненнями, що, у свою чергу, впливає на мотивацію, рівень амбіцій і загальне психологічне благополуччя. Структурно самооцінка включає когнітивний, емоційний та поведінковий компоненти, кожен з яких виконує свою функцію в саморегуляції особистості. Когнітивний компонент визначає уявлення людини про власні якості та можливості, емоційний – рівень емоційного ставлення до себе, а поведінковий – прояви самооцінки у вчинках та діях. Окрім цього, самооцінка може бути адекватною або неадекватною (завищеною чи заниженою), що суттєво впливає на життєву активність і соціальні взаємодії індивіда²⁶.

Визначення поняття «самооцінка» у психологічній літературі є багатогранним та залежить від теоретичного підходу, якого дотримується науковець. У табл. 1.1 наведено різні трактування цього поняття відповідно до підходів різних дослідників.

Таблиця 1.1

Трактування поняття «самооцінка» різними науковцями

ПІБ	Визначення самооцінки
Бахвалова А. В. ²	Самооцінка – це інтегральна характеристика особистості, що відображає її суб'єктивне ставлення до власних якостей.
Березовська Л. ³	Психологічний механізм оцінки власного «Я», що формується в процесі соціалізації.
Малихіна О. А. ¹⁴	Система уявлень людини про власну цінність, що впливає на рівень її життєвої активності.
Марченко Є. О. ¹⁵	Динамічне утворення, що включає усвідомлення особистих переваг та недоліків.
Пухно С. В. ²³	Емоційно-когнітивний феномен, який визначає рівень самоповаги та впевненості особистості.
Стеценко А. ²⁷	Оцінка власних можливостей і характеристик, що впливає на мотивацію та поведінку.

Аналізуючи табл. 1.1, можна побачити, що всі дослідники сходяться на думці, що самооцінка є суб'єктивною оцінкою особистістю власного "Я". Водночас є певні відмінності в акцентах: одні науковці розглядають її як когнітивний процес, інші наголошують на її емоційній складовій або соціальній обумовленості. Також варто зазначити, що деякі визначення підкреслюють роль самооцінки у мотивації та поведінці, а інші зосереджуються на її регуляторній функції. На нашу думку, до визначення слід додати аспект динамічності самооцінки, адже вона може змінюватися залежно від життєвого досвіду та соціального середовища.

Згідно дослідження Зарицької В. В. та Козаченка Д. С., самооцінка є багатокомпонентним феноменом, що поєднує когнітивний, емоційний та поведінковий аспекти. Визначальним чинником її формування є особистісний

досвід та соціальні взаємодії. Вона впливає на рівень впевненості у власних силах та готовність до саморозвитку. Наявність високої самооцінки сприяє більшій ініціативності, а низька може стати бар'єром у досягненні цілей. Самооцінка також виконує регуляторну функцію, що визначає стратегії поведінки у різних ситуаціях. Особлива увага приділяється її впливу на соціальну адаптацію та особистісне зростання ⁷.

Формування самооцінки відбувається протягом усього життя, і її рівень може змінюватися під впливом зовнішніх обставин. Особливо важливу роль відіграє соціальне оточення, яке може як підтримувати, так і підривати впевненість особистості. Важливим є усвідомлення власних сильних та слабких сторін, що дозволяє формувати реалістичне ставлення до себе. Самооцінка впливає не тільки на внутрішній стан людини, а й на її соціальну активність. Її розвиток можна стимулювати через позитивний зворотний зв'язок, конструктивну критику та особисті досягнення. Збалансований рівень самооцінки є ключовим для психологічного благополуччя ¹⁷.

На думку Криворучко Т. І., самооцінка є складним психічним утворенням, яке формується під впливом внутрішніх і зовнішніх факторів. Основу складають уявлення про власні можливості та досягнення. Велике значення має соціальне порівняння, яке може підвищувати або знижувати рівень задоволеності собою. Важливим компонентом є емоційна складова, яка визначає, наскільки людина позитивно або негативно ставиться до себе. Від рівня адекватності самооцінки залежить загальна психологічна стійкість та життєва мотивація. Надмірно завищена чи занижена самооцінка може спричинити порушення адаптаційних процесів ¹¹.

Реалістична самооцінка є важливим фактором у досягненні життєвих цілей та гармонійного розвитку особистості. Її корекція можлива через аналіз власного досвіду та усвідомлення особистісних ресурсів. Занижена самооцінка часто пов'язана з надмірною самокритикою та страхом невдачі. Завищена, навпаки, може створювати ілюзію власної непогрішності та перешкоджати конструктивному сприйняттю критики. Найбільш продуктивним є розвиток

гнучкої самооцінки, яка дозволяє адаптуватися до змінних умов. Важливу роль у цьому відіграють навички саморефлексії та аналізу власних досягнень.

На погляд Папітченко Л., самооцінка відіграє ключову роль у формуванні гідності особистості. Вона впливає на рівень самоповаги, соціальну взаємодію та здатність до самореалізації. Формування адекватної самооцінки сприяє гармонійному розвитку особистості та зміцненню внутрішньої автономії. Порушення у сприйнятті власної цінності можуть призводити до низького рівня впевненості та труднощів у комунікації. Особливий акцент зроблено на тому, що самооцінка є динамічним утворенням, яке змінюється залежно від життєвого досвіду та оточення. Важливою є також взаємозалежність між самооцінкою та морально-етичними цінностями особистості ¹⁹.

Гідність особистості тісно пов'язана із здатністю людини усвідомлювати власну цінність без порівняння з іншими. Висока самооцінка сприяє формуванню позитивного ставлення до життя та підвищує рівень психологічного комфорту. Водночас надмірно завищена самооцінка може призводити до нарцисизму та несприйняття критики. Важливо підтримувати баланс між впевненістю у власних силах та здатністю до самокритики. Для цього необхідно розвивати емоційний інтелект і вміння аналізувати свої дії. Самооцінка повинна ґрунтуватися на реальних досягненнях, а не на зовнішньому схваленні.

Згідно позиції Михайлишин У. Б., Шмідзен І. Ю. та Малети А. І., самооцінка визначає соціальний статус підлітків у групі. Вона впливає на рівень їхньої активності, популярність серед однолітків та загальну стратегію взаємодії. Підлітки з високою самооцінкою частіше ініціюють комунікацію та займають лідерські позиції. Занижена самооцінка, навпаки, призводить до соціальної ізоляції та уникнення соціальних контактів. Важливу роль відіграють зовнішні фактори, такі як підтримка батьків, однолітків та вчителів. Соціальне середовище суттєво впливає на стабільність та розвиток самооцінки у підлітковому віці ¹⁶.

Рівень самооцінки підлітка значною мірою залежить від стилю виховання в сім'ї. Надмірна критика або, навпаки, надмірна похвала можуть формувати викривлене уявлення про власну значущість. Важливим чинником є сприйняття підлітком свого соціального статусу у групі однолітків. Соціальні мережі також відіграють важливу роль у формуванні самооцінки, оскільки вони створюють нові критерії оцінки себе. Формування адекватної самооцінки у підлітковому віці є основою для подальшого соціального та професійного успіху. Важливо створювати умови, у яких підлітки зможуть адекватно оцінювати власні сильні та слабкі сторони.

На думку Філіпова О., формування самооцінки відбувається через механізм соціального порівняння. Оцінка власних досягнень у співвідношенні з успіхами інших визначає рівень впевненості та самозадоволеності. Часте порівняння з більш успішними людьми може призводити до заниження самооцінки, а зі слабшими – до її завищення. Значну роль відіграє контекст порівняння, тобто середовище, у якому людина аналізує свої можливості. Негативний досвід соціального порівняння може спричинити емоційний дискомфорт та мотиваційний спад. Важливим аспектом є формування критичного мислення, що допомагає уникати необґрунтованих порівнянь та підтримувати реалістичний рівень самооцінки ²⁹.

Самооцінка, заснована на порівнянні з іншими, може бути нестабільною та залежною від зовнішніх чинників. Важливо формувати внутрішню мотивацію, яка ґрунтується на особистих досягненнях, а не на змагальності. Самоусвідомлення та аналіз власного прогресу допомагають уникати деструктивного впливу соціального порівняння. Адекватне сприйняття своїх сильних та слабких сторін сприяє розвитку впевненості у собі. Підтримка близького оточення відіграє важливу роль у збереженні стабільної самооцінки. Формування усвідомленого ставлення до себе дозволяє зберігати психологічний баланс незалежно від зовнішніх факторів.

На погляд Чабан Г. М. та Гуртовенко Н. В., самооцінка студентської молоді формується під впливом як внутрішніх, так і зовнішніх факторів. Академічні

успіхи, рівень соціальної підтримки та особистісні характеристики визначають її стабільність. Висока самооцінка сприяє кращій навчальній мотивації та професійному самовизначенню. Низька самооцінка може стати причиною стресу, тривожності та низької впевненості у власних силах. Важливим чинником є вплив соціальних очікувань, які можуть підвищувати або знижувати рівень самооцінки. Формування адекватної самооцінки є необхідним етапом у становленні професійної та особистісної ідентичності студентів ³⁰.

Отже, самооцінка – це суб'єктивне оцінювання людиною власних можливостей, якостей та результатів діяльності. Вона є результатом самопізнання, самооцінювання, самосприйняття і самовідношення. Визначальними факторами для її формування є порівняння реального «Я» з ідеальним «Я», а також соціальні оцінки та відгуки оточення. Від того, наскільки адекватно людина оцінює свої сили та досягнення, залежить її психічний стан, рівень самоповаги та мотивація до самовдосконалення. На сьогоднішній день самооцінка має кілька складових (рис. 1.1):

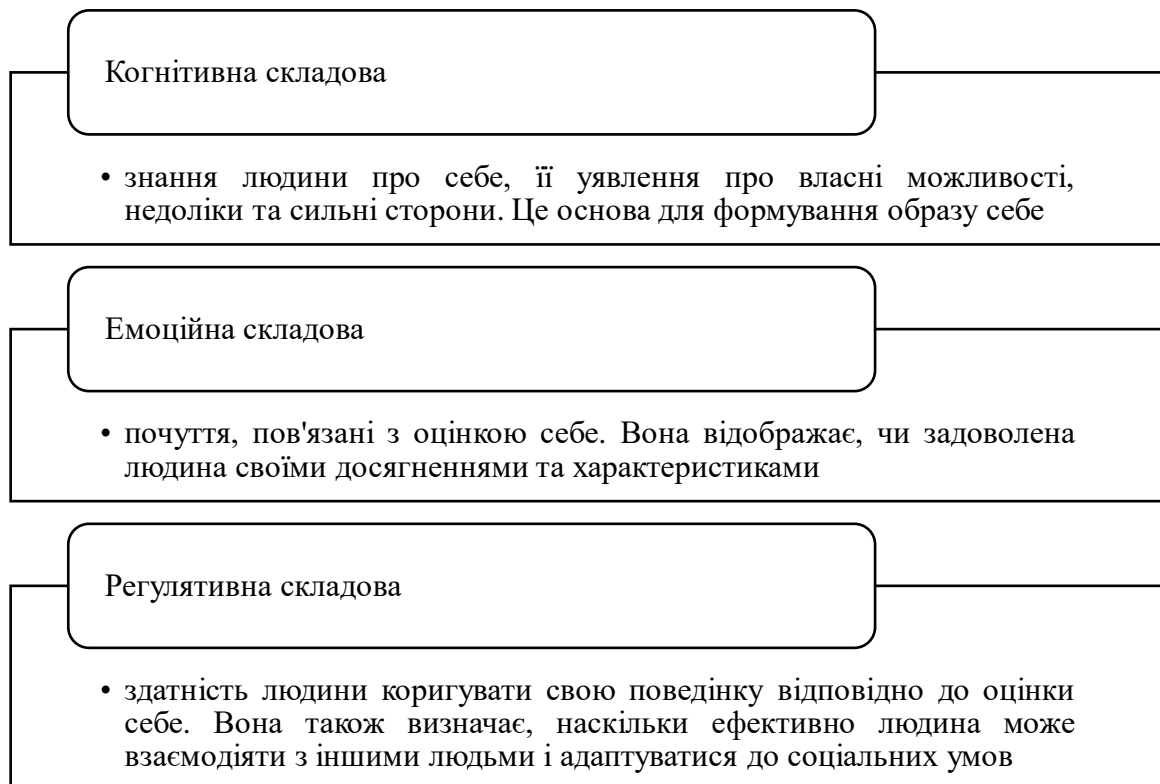


Рис. 1.1. Складові самооцінки

Визначивши теоретичну складову самооцінки, можемо сформулювати кілька важливих функцій самооцінки (рис. 1.2):



Рис. 1.2. Функції самооцінки

Таким чином, самооцінка виступає фундаментальним психологічним механізмом, який визначає не лише ставлення особистості до самої себе, але й регулює її поведінку в соціальному середовищі. Вона формується під впливом когнітивних, емоційних і поведінкових процесів, що взаємопов'язані між собою. Основними детермінантами розвитку самооцінки є як внутрішні (особистісні особливості, життєвий досвід, рівень саморефлексії), так і зовнішні (соціальні очікування, оцінка оточення, культурний контекст) чинники. Важливу роль у становленні самооцінки відіграє співвідношення реального «Я» з ідеальним «Я»,

що визначає рівень задоволеності собою та своїми досягненнями. Вона може бути адекватною, що відповідає реальним можливостям людини, або неадекватною – завищеною чи заниженою, що впливає на адаптацію, соціальну взаємодію та психологічне благополуччя. Самооцінка також виконує захисну, регулятивну та мотиваційну функції, що сприяють розвитку особистості та її активній участі в соціумі.

Формування самооцінки відбувається через процеси самопізнання, самооцінювання, самосприйняття та самовираження, що забезпечують її стабільність та гнучкість у змінних життєвих умовах. Її структура включає когнітивний компонент (уявлення про власні якості та можливості), емоційний (ставлення до себе) та регулятивний (вплив на поведінку та прийняття рішень). Самооцінка може бути глобальною, що відображає загальне ставлення до себе, або ситуаційною, що залежить від конкретного виду діяльності чи соціальної ситуації. Вона відіграє важливу роль у навчальному процесі, оскільки сприяє розвитку самоконтролю, мотивації досягнень та критичного мислення. Висока самооцінка корелює із соціальним інтелектом, що забезпечує ефективну взаємодію та адаптацію в суспільстві. Оптимальний рівень самооцінки є визначальним для особистісного розвитку, професійної реалізації та психологічної стійкості.

1.2. Академічна успішність як психологічний феномен: критерії, показники, чинники

Академічна успішність є багатовимірним психологічним феноменом, що відображає рівень засвоєння знань, сформованості компетентностей та особистісного розвитку в освітньому процесі. Вона не обмежується лише оцінками або формальними результатами навчальної діяльності, а включає мотиваційні, когнітивні та емоційно-вольові аспекти, які визначають ефективність навчання. Рівень академічної успішності залежить від

особистісних особливостей студента, методологічного підходу до викладання та соціально-психологічних умов навчального середовища. Системний підхід до аналізу цього феномену дозволяє розглядати його через призму взаємодії когнітивних процесів, мотивації досягнень, соціальної підтримки та рівня адаптації до навчальних вимог. Важливим аспектом є також саморегуляція навчальної діяльності, яка включає контроль за власними знаннями, вміння коригувати помилки та прагнення до вдосконалення. Академічна успішність є показником не лише освітніх досягнень, а й загального особистісного розвитку студента, його готовності до професійного становлення та інтеграції в суспільство³⁵.

Структура академічної успішності включає три основні компоненти: когнітивний, мотиваційний та поведінковий. Когнітивний компонент охоплює рівень інтелектуального розвитку, обсяг засвоєної інформації та здатність до її застосування. Мотиваційний аспект відображає рівень внутрішньої та зовнішньої мотивації до навчання, що впливає на інтенсивність навчальної діяльності¹⁸. Поведінковий компонент визначає організованість, наполегливість та відповідальність у навчальному процесі. Визначення рівня академічної успішності здійснюється на основі певних критеріїв та показників, таких як якість виконання навчальних завдань, рівень оволодіння професійними компетентностями, активність у навчальній діяльності та рівень самостійності²¹. Важливими факторами, що впливають на успішність, є індивідуальні особливості студента, стиль викладання, особливості освітнього середовища та соціальна підтримка³⁶.

Аналіз наукових підходів до трактування поняття «академічна успішність» дозволяє виділити різні акценти у визначенні цього феномену. У табл. 1.2 наведено основні підходи до його інтерпретації різними дослідниками.

Таблиця 1.2

Трактування поняття «академічна успішність» різними науковцями

ПІБ	Визначення академічної успішності
Ісаєвич С. ⁸	Сукупність знань, умінь і навичок, які відповідають освітнім стандартам.
Кузнецова М. ¹²	Результативність навчальної діяльності, що визначається через рівень досягнень.
Саврасов М. В., Шайда О. Г., Гришко О. Д. ²⁴	Взаємодія когнітивних, мотиваційних і поведінкових аспектів навчання.
Шиделко А., Лялюк Г. ³¹	Інтегральний показник інтелектуального, особистісного та професійного розвитку.
Щербакова О. О. ³²	Співвідношення між навчальними досягненнями та рівнем саморегуляції.
Язева Х. В. ³³	Показник адаптивності студента до освітнього процесу та вимог навчального середовища.

Аналізуючи табл. 1.2, можна визначити як спільні, так і відмінні риси трактувань поняття академічної успішності. Спільним є те, що всі визначення акцентують увагу на результативності навчального процесу та рівні оволодіння знаннями і навичками. Відмінності полягають у підходах: одні автори наголошують на когнітивних аспектах, інші включають мотиваційні та поведінкові фактори. Деякі дослідники підкреслюють роль саморегуляції, а інші розглядають академічну успішність як інтегральний показник особистісного розвитку. Варто додати до визначення соціальний аспект, оскільки рівень успішності також залежить від підтримки середовища та взаємодії з іншими людьми. Важливим також є розгляд впливу психологічного благополуччя на результати навчання. Усі ці аспекти дозволяють комплексно аналізувати феномен

академічної успішності та підходити до його оцінки з урахуванням багатовимірності.

Згідно дослідження Апостолової Т. Л., академічна успішність є багатогранним психологічним феноменом, що визначається когнітивними, мотиваційними та особистісними чинниками. Особливе значення мають внутрішні мотиваційні механізми, такі як навчальна мотивація, саморегуляція та рівень домагань студентів. Академічна успішність також залежить від емоційної стійкості, рівня самоконтролю та здатності до адаптації в освітньому середовищі. Вона формується під впливом як індивідуальних особливостей, так і соціально-культурного контексту, включаючи стиль викладання та освітню політику. Значний вплив має і соціальне середовище, що визначає рівень очікувань та підтримки студентів у навчанні. Взаємозв'язок між мотиваційними та когнітивними чинниками пояснює, чому окремі студенти досягають вищих результатів навіть за рівних зовнішніх умов¹.

Академічна успішність є динамічним процесом, що може змінюватися під впливом різних факторів упродовж навчання. Для її підтримки важливо розвивати навички саморегуляції, підвищувати рівень академічної мотивації та забезпечувати сприятливі психологічні умови. Викладачі та адміністрація закладів освіти повинні враховувати як індивідуальні особливості студентів, так і загальні соціально-психологічні аспекти навчального процесу. Важливу роль відіграє доступ до психологічної підтримки, що допомагає студентам долати труднощі та адаптуватися до освітнього середовища. Розуміння цих механізмів сприяє ефективному управлінню навчальним процесом і підвищенню академічних досягнень²⁰.

На думку Дужич Н. В., Мялюк О. П., Марущак М. І., академічна успішність визначається низкою факторів, серед яких ключове місце займають когнітивні здібності, рівень мотивації та емоційна стійкість. Одним із провідних чинників є самооцінка, що впливає на впевненість у власних силах і формування навчальної мотивації. Високий рівень академічної саморегуляції дозволяє студентам ефективно планувати час і долати труднощі. Важливими є також соціальні

чинники, зокрема підтримка з боку викладачів і сім'ї, що сприяє збереженню високого рівня мотивації. Значну роль у формуванні академічної успішності відіграють індивідуальні особливості студента, такі як рівень стресостійкості та адаптивність. Спостерігається позитивний зв'язок між рівнем академічної саморегуляції та здатністю долати стрес, що підтверджує важливість розвитку психологічних навичок ⁶.

Розгляд академічної успішності через призму взаємозв'язку психологічних факторів дозволяє виявити можливості для її підвищення. Покращення академічної саморегуляції та мотиваційних установок може значно сприяти успішності студентів. Важливо розвивати навчальні програми, що включають психологічну підтримку та розвиток когнітивних стратегій. Освітні заклади можуть застосовувати методи, що сприяють формуванню стійкої внутрішньої мотивації та розвитку емоційної стійкості. Розуміння цих механізмів допомагає ефективно покращувати академічні результати студентів ²².

На погляд Acosta-Gonzaga E., самооцінка та навчальна залученість є важливими факторами, що визначають академічну успішність студентів. Високий рівень самооцінки сприяє формуванню позитивного ставлення до навчання, що підвищує рівень мотивації та когнітивної активності. Навчальна залученість пов'язана з емоційним станом студента, що впливає на його здатність концентруватися та ефективно засвоювати матеріал. Низька самооцінка, навпаки, призводить до зниження рівня мотивації та уникнення складних завдань, що негативно впливає на результати навчання. Академічна саморегуляція відіграє роль посередника між самооцінкою та успішністю, оскільки вона дозволяє студентам долати труднощі та підтримувати стабільний рівень залученості. Взаємозв'язок цих чинників свідчить про необхідність розвитку психологічної підтримки у навчальному середовищі ³⁷.

Академічна успішність може бути покращена за рахунок цілеспрямованого підвищення рівня самооцінки студентів. Викладачі можуть сприяти цьому, застосовуючи методики активного залучення студентів у навчальний процес та надаючи їм зворотний зв'язок. Важливо враховувати емоційний стан студентів та

створювати середовище, що підтримує їхню мотивацію. Систематична робота над самооцінкою дозволяє студентам покращити академічні показники та розвивати навички саморегуляції. Таким чином, навчальна залученість і самооцінка є важливими складовими академічного успіху ³⁴.

Згідно позиції Hinduja P., Fakir Mohammad R., Siddiqui S., академічна самоефективність студентів визначається впливом як внутрішніх, так і зовнішніх чинників. Ключову роль відіграє рівень самооцінки, що впливає на впевненість у власних навчальних можливостях. Висока академічна самоефективність корелює з високими результатами навчання, тоді як її низький рівень може зумовлювати академічні труднощі. Емоційна підтримка з боку викладачів та однолітків відіграє значну роль у підвищенні академічної мотивації. Важливим чинником також є психологічна гнучкість, що дозволяє студентам адаптуватися до змінних умов освітнього середовища. Взаємозв'язок між академічною самоефективністю та успішністю демонструє необхідність розвитку програм підтримки студентів ⁴³.

Розвиток академічної самоефективності може здійснюватися через формування ефективних стратегій навчання та розвитку стійкості до невдач. Освітні програми мають включати елементи психологічної підтримки, що допомагають студентам долати труднощі та підвищувати впевненість у власних силах. Викладачі можуть сприяти розвитку самоефективності, використовуючи активні методи навчання та надаючи студентам можливість брати участь у прийнятті рішень. Важливим є також розвиток навичок тайм-менеджменту, що допомагає студентам ефективно організувати навчальну діяльність. Академічна самоефективність є одним із ключових аспектів, що визначає рівень успішності студентів у навчанні.

Наукові дослідження ^{42;45;47} виділяють такі критерії академічної успішності як рівень засвоєння знань, сформованість компетентностей, мотиваційну залученість та рівень адаптації до освітнього середовища. Основними показниками є якість виконання навчальних завдань, рівень оволодіння професійними навичками, академічна активність та самостійність у навчанні.

Чинники поділяються на когнітивні (інтелектуальний розвиток, аналітичне мислення), мотиваційні (внутрішня та зовнішня мотивація, самоефективність), емоційно-вольові (стресостійкість, саморегуляція) та соціально-психологічні (підтримка з боку викладачів, родини, колективу). Значну роль відіграють також організаційні чинники, такі як методика викладання, доступ до освітніх ресурсів та навчальне середовище. Узагальнена структура академічної успішності представлена на рис. 1.3.



Рис. 1.3. Критерії, показники, чинники академічної успішності

Таким чином, академічна успішність є комплексним феноменом, що визначається взаємодією когнітивних, мотиваційних, емоційно-вольових, соціально-психологічних та організаційних чинників. Вона оцінюється за

критеріями рівня засвоєння знань, мотиваційної залученості, адаптації до освітнього середовища, соціальної інтеграції та організаційної ефективності. Показники академічної успішності включають якість виконання навчальних завдань, рівень професійної компетентності, академічну активність, самостійність та соціальну взаємодію. Важливими умовами підвищення успішності є розвиток саморегуляції, підтримка мотивації та створення сприятливого навчального середовища. Комплексний підхід до аналізу цього феномену дозволяє вдосконалити освітні стратегії та підвищити рівень навчальних досягнень. Академічна успішність є не лише індикатором знань, а й важливим показником особистісного та професійного розвитку студента.

1.3. Взаємозв'язок самооцінки з академічною успішністю: огляд вітчизняних та зарубіжних досліджень

Академічна успішність є ключовим показником ефективності освітнього процесу, що залежить від низки внутрішніх та зовнішніх факторів. Одним із таких факторів є самооцінка, яка визначає рівень упевненості особистості у власних знаннях, навичках та можливостях. Самооцінка впливає на мотивацію до навчання, стресостійкість, соціальну адаптацію та здатність до саморегуляції. Різні дослідження, проведені як вітчизняними, так і зарубіжними науковцями, вказують на існування взаємозв'язку між рівнем самооцінки та академічною успішністю. Аналіз цих досліджень дозволяє глибше зрозуміти механізми впливу самооцінки на освітні досягнення та розробити рекомендації для підвищення ефективності навчального процесу.

Березовська Л. дослідила взаємозв'язок самооцінки студентів із їхньою академічною успішністю у контексті поєднання навчання та роботи. Студенти, які працюють під час навчання, мають вищий рівень самооцінки, що позитивно впливає на їхні академічні досягнення. Вони більш упевнені у власних здібностях, краще контролюють навчальний процес і ефективніше розподіляють

час. Високий рівень самооцінки сприяє формуванню позитивного ставлення до себе та своїх досягнень, що мотивує до навчання. Студенти з високою самооцінкою рідше відчувають внутрішню невпевненість та конфліктність, що сприяє стабільній академічній успішності. Самооцінка відіграє важливу роль у виборі професійного напрямку та рівні відповідальності за навчальний процес ⁴.

Гавриловська К. П. та Кравчинська Л. О. розглянули зв'язок між рівнем психічного здоров'я, життестійкістю та академічною успішністю. Висока самооцінка сприяє стійкості до стресів та знижує рівень шкільної тривожності, що позитивно впливає на навчальні досягнення. Учні, які впевнені у своїх силах, краще взаємодіють із викладачами та виявляють менше страхів щодо оцінювання. Низька самооцінка корелює з фрустрацією через нездатність досягти навчальних цілей, що погіршує успішність. Важливим чинником підтримки академічної мотивації є соціальне середовище, у якому формується відчуття прийняття та впевненості. Емоційна підтримка та позитивне ставлення сприяють зміцненню самооцінки та підвищенню рівня успішності ⁵.

Колчигіна А. та Зайцева О. дослідили роль академічної саморегуляції у формуванні самооцінки студентів різних спеціальностей. Високий рівень саморегуляції пов'язаний із позитивною самооцінкою та кращими навчальними досягненнями. Студенти, які вміють контролювати свої навчальні процеси, мають більш усвідомлене ставлення до власних знань та можливостей. Психологи частіше орієнтуються на внутрішню мотивацію, що підвищує їхню впевненість у собі, тоді як інженерно-педагогічні спеціальності частіше залежать від зовнішніх стимулів. Адекватна самооцінка сприяє самостійному формуванню цілей та ефективному управлінню навчальним часом. Самооцінка впливає на здатність коригувати свої навчальні стратегії та досягати кращих результатів ⁹.

Котлова Л. О., Тичина І. М. та Шикірава Н. М. дослідили взаємозв'язок самооцінки та мотивації до навчання серед студентів різної статі. Дівчата з високою самооцінкою орієнтуються на отримання нових знань, що сприяє академічному розвитку. Хлопці з низькою самооцінкою частіше керуються зовнішніми мотивами, такими як отримання диплому, що впливає на їхню

успішність. Середній рівень самооцінки формує змішану мотивацію, поєднуючи як внутрішні, так і зовнішні фактори. Висока самооцінка корелює з більшою активністю у навчальному процесі та впевненістю у власних знаннях. Формування позитивної самооцінки сприяє залученню студентів до активного навчання та підвищенню академічних результатів ¹⁰.

Ляшенко Б. та Беляєва Н. проаналізували вплив академічної саморегуляції на рівень самооцінки та когнітивні навички студентів. Самооцінка безпосередньо впливає на здатність студента оцінювати свої знання та коригувати навчальні стратегії. Високий рівень академічної саморегуляції сприяє формуванню впевненості у собі та ефективному плануванню навчального процесу. Студенти з розвиненою саморегуляцією частіше проявляють ініціативу та мають високий рівень академічних досягнень. Критичне мислення та здатність до самостійного прийняття рішень тісно пов'язані з адекватною самооцінкою. Самооцінка впливає на рівень мотивації та здатність до адаптації в умовах навчального процесу ¹³.

Отже, вітчизняні дослідження підтверджують взаємозв'язок між самооцінкою та академічною успішністю. Високий рівень самооцінки сприяє саморегуляції, впевненості у власних силах та ефективному плануванню навчального процесу. Студенти з позитивною самооцінкою демонструють кращі результати, мають вищий рівень мотивації та легше адаптуються до навчального середовища. Низька самооцінка корелює з фрустрацією, навчальними труднощами та зниженим рівнем досягнень. Формування адекватної самооцінки є важливим чинником підвищення академічної успішності та особистісного розвитку студентів.

Аналіз зарубіжних досліджень підтверджує, що самооцінка є важливим фактором, який впливає на академічну успішність, але її вплив може змінюватися залежно від супутніх факторів. У різних країнах науковці досліджували взаємозв'язок між рівнем самооцінки та навчальними досягненнями, звертаючи увагу на такі аспекти, як академічна мотивація, прокрастинація, самоефективність та соціальні чинники. Деякі дослідження виявили позитивний

взаємозв'язок між високою самооцінкою та успішністю, інші ж не знайшли прямої залежності, оскільки мотивація, навчальні стратегії та психологічні особливості також відіграють важливу роль.

Acosta-Gonzaga E. дослідив вплив самооцінки на академічну успішність серед 243 студентів, використовуючи шкалу самооцінки Розенберга. Аналіз показав, що студенти з низькою самооцінкою частіше демонстрували емоційне та поведінкове відсторонення від навчання. Відсутність віри у власні можливості супроводжувалась почуттям тривожності, байдужості до навчального процесу та пасивністю. Самооцінка не мала прямого впливу на академічну успішність, однак впливала на мотивацію, яка відіграла ключову роль у навчанні. Найбільший ефект на академічні результати справляли метакогнітивні навички, такі як саморегуляція та критичне мислення. Високий рівень мотивації компенсував слабкий вплив самооцінки на успішність³⁷.

Aryana M. дослідив взаємозв'язок між самооцінкою та академічними досягненнями серед 100 старшокласників. Використано методику Куперсмита для оцінки самооцінки та середній бал за останні семестри для вимірювання успішності. Отримано статистично значущий позитивний зв'язок ($p < 0.01$), що підтвердив роль самооцінки у навчальних досягненнях. Учні з високою самооцінкою мали вищі результати, ніж їхні однолітки з низькою впевненістю у собі. Виявлено відмінності в успішності між хлопцями та дівчатами, однак рівень самооцінки у представників обох статей був однаковим. Висока самооцінка сприяла академічним досягненням незалежно від статі³⁸.

Jabbarov R. дослідив зв'язок самооцінки та навчальних показників у 300 студентів Бакинського державного університету. Використано шкалу Розенберга та аналіз за допомогою SPSS, що показав слабкий позитивний зв'язок між самооцінкою та успішністю (рівень значущості 0.065). Підвищення самооцінки лише частково сприяло покращенню академічних результатів, але не мало суттєвого впливу. У чоловіків спостерігалася слабка позитивна кореляція між самооцінкою та успішністю, у жінок такої залежності не виявлено. Соціальна підтримка та рівень мотивації були визначальними факторами у навчальних

досягненнях. Висновки підтверджують необхідність врахування додаткових змінних, що впливають на академічну успішність ³⁹.

De Prada E., Mareque M., Pino-Juste M. вивчили рівень самооцінки 615 студентів та його вплив на академічні досягнення. Використання шкали Розенберга показало високий рівень самооцінки серед респондентів ($M=29.60$), що перевищує показники інших країн. Кореляційний аналіз не виявив зв'язку між самооцінкою та середнім балом успішності студентів. Значущими предикторами самооцінки стали навички командної роботи, такі як ухвалення рішень, лідерство та комунікація. Жінки мали нижчі показники самооцінки порівняно з чоловіками, а з віком рівень самооцінки підвищувався. Високий рівень самооцінки не гарантував кращих академічних результатів ⁴⁰.

D'Mello L., Monteiro M., Pinto N. A. дослідили самооцінку учнів з низькою академічною успішністю у двох індійських школах. Вибірка включала 50 учнів віком 13-15 років, які мали оцінки нижче 60% та зазнали невдач у декількох предметах. Половина учнів продемонструвала високу самооцінку, але це не вплинуло на їхні академічні досягнення. Тільки 24% учнів із низькою самооцінкою мали слабкі результати, що суперечило поширеному уявленню про їхній взаємозв'язок. Освітній рівень батьків відіграв важливу роль у формуванні мотивації, хоча економічний статус сім'ї не мав суттєвого впливу на самооцінку. Отримані результати не підтвердили прямий зв'язок між рівнем самооцінки та академічною успішністю ⁴¹.

Hinduja P., Fakir Mohammad R., Siddiqui S. дослідили вплив сімейного середовища, поведінкових цінностей та позашкільного досвіду на академічну самооцінку. Вибірка складалася з 350 студентів, а аналіз проводився за допомогою Smart PLS 4. Найбільший вплив на самооцінку мали поведінкові цінності та досвід поза навчальним закладом, тоді як шкільне середовище та родинні фактори не відігравали значної ролі. Використання технологій сприяло непрямому впливу на рівень самооцінки, покращуючи навички самостійного навчання. Навички ухвалення рішень не продемонстрували значущого впливу на формування академічної впевненості. Дослідження підтвердило, що позашкільні

чинники відіграють важливішу роль у формуванні академічної самооцінки, ніж традиційні шкільні механізми⁴³.

Luo Y., Gao W., Liu X. дослідили взаємозв'язок між самооцінкою та академічною самоефективністю серед китайських студентів. Академічна впевненість знижувалася протягом перших трьох років навчання, а в останній рік спостерігалось незначне зростання. Чоловіки мали вищий рівень самооцінки в перші два роки, але на старших курсах жінки перевищували їх за цим показником. Самооцінка була важливим предиктором академічної самоефективності, особливо серед чоловіків, де її вплив зберігався довше. Високий рівень самооцінки сприяв кращій адаптації до навчальних викликів та підвищенню мотивації. Дослідження підтвердило, що самооцінка впливає на академічну самоефективність, але динаміка змінюється залежно від курсу навчання⁴⁴.

Ghasempour S. дослідив взаємозв'язок між самооцінкою та академічною прокрастинацією серед студентів. У 96.1% респондентів було зафіксовано середній або високий рівень прокрастинації, що негативно корелювало із самооцінкою. Студенти з високою самооцінкою рідше відкладали виконання навчальних завдань і демонстрували кращу організованість. Натомість низька самооцінка була пов'язана з частими випадками відкладання навчальних обов'язків через страх невдачі. Встановлено, що студенти з високим рівнем самооцінки мали більше внутрішньої мотивації до навчання, що допомагало зменшити прокрастинацію. Дослідження підкреслює важливість формування позитивної самооцінки для мінімізації академічного відкладання⁴⁶.

Subon F., Unin N., Sulaiman N. H. B. вивчили вплив самооцінки на академічні досягнення серед 120 студентів у Малайзії. Виявлено значну позитивну кореляцію між рівнем самооцінки та середнім балом успішності, що підтверджує їхній взаємозв'язок. Жінки демонстрували вищу академічну успішність, але рівень самооцінки між статями суттєво не відрізнявся. Аналіз за методом Спірмена підтвердив, що студенти з вищою самооцінкою мали кращі оцінки. Встановлено, що академічна мотивація відіграє роль посередника між

самооцінкою та успішністю. Отримані результати вказують на необхідність розвитку самооцінки як чинника академічного зростання⁴⁸.

Hidalgo-Fuentes S. дослідив рівень академічної прокрастинації та її зв'язок із самооцінкою серед 457 студентів з Іспанії та Гондурасу. Встановлено, що низька самооцінка значно підвищувала рівень академічної прокрастинації. Студенти з високою самооцінкою рідше відкладали виконання навчальних завдань і краще контролювали свій навчальний процес. Значний зв'язок між самооцінкою та прокрастинацією спостерігався у студентів з нижчою академічною мотивацією. Найбільше уникали прокрастинації ті, хто мав сильне відчуття відповідальності за результати своєї діяльності. Дослідження підтвердило, що самооцінка є ключовим фактором у формуванні навчальної дисципліни⁴⁹.

Ullah H., Shahzada G., Khan H. N. дослідили вплив академічної мотивації на самооцінку серед 375 студентів бакалаврських програм. Виявлено, що висока академічна мотивація сприяє підвищенню рівня самооцінки та впевненості у власних силах. Найбільший вплив на самооцінку мали внутрішня мотивація до знань та цілеспрямованість у навчанні. Академічна мотивація також позитивно корелювала із самооцінкою незалежно від статі респондентів. Висока самооцінка формувалася через усвідомлене прагнення до навчальних досягнень та здатність до саморегуляції. Дослідження підтвердило, що академічна мотивація є важливим чинником формування стабільної самооцінки⁵⁰.

Таким чином, вітчизняні дослідження підтверджують, що висока самооцінка сприяє академічній успішності через саморегуляцію, мотивацію та зниження стресу, а студенти з впевненістю у власних силах демонструють кращі результати. Водночас зарубіжні дослідження дають суперечливі висновки: у США та Малайзії виявлено сильну позитивну кореляцію між самооцінкою та успішністю, а в Іспанії та Індії прямий зв'язок не підтверджено. У Китаї встановлено, що самооцінка впливає на академічну самоефективність, причому чоловіки мають вищий рівень упевненості на перших курсах, а жінки – на старших. В Ірані доведено, що низька самооцінка корелює з академічною

прокрастинацією, тоді як у Баку її вплив на успішність виявився незначним. Вітчизняні дослідження узгоджуються з американськими та малайзійськими результатами, підкреслюючи роль самооцінки у навчальних досягненнях, тоді як європейські та індійські дослідження вказують на важливість додаткових факторів – мотивації, соціальної підтримки та позашкільного досвіду. Українські студенти з високою самооцінкою краще розподіляють час і впевненіше адаптуються до навчального середовища, що підтверджує її значущість для академічного успіху.

Висновки до першого розділу

1. Самооцінка є ключовим психологічним механізмом, який визначає ставлення особистості до себе та регулює її поведінку в соціальному середовищі. Вона формується під впливом внутрішніх (особистісні риси, життєвий досвід, рівень саморефлексії) та зовнішніх (оцінка оточення, соціальні очікування, культурний контекст) чинників. Важливу роль відіграє співвідношення реального та ідеального «Я», що впливає на рівень задоволеності собою. Самооцінка може бути адекватною або неадекватною, що впливає на соціальну взаємодію та психологічне благополуччя. Вона виконує захисну, регулятивну та мотиваційну функції, сприяючи особистісному розвитку. Формується через самопізнання, самооцінювання, самосприйняття та самовираження, забезпечуючи стабільність та адаптивність у змінних умовах.

2. Академічна успішність залежить від когнітивних, мотиваційних, емоційно-вольових, соціально-психологічних та організаційних чинників. Вона оцінюється за рівнем засвоєння знань, адаптації до навчального середовища, соціальної інтеграції та самостійності студента. Важливими факторами підвищення успішності є розвиток саморегуляції, підтримка мотивації та створення сприятливого навчального середовища. Вона є не лише показником засвоєння знань, а й фактором особистісного та професійного розвитку.

Комплексний аналіз академічної успішності дозволяє вдосконалити освітні стратегії та покращити рівень навчальних досягнень. Високий рівень самоконтролю та мотивації сприяє академічному зростанню.

3. Вітчизняні та зарубіжні дослідження підтверджують, що висока самооцінка сприяє академічній успішності через мотивацію, саморегуляцію та зниження стресу. В Україні, США та Малайзії встановлено сильний позитивний зв'язок між цими показниками, тоді як в Іспанії та Індії такий зв'язок не підтверджено. У Китаї самооцінка впливає на академічну самоефективність, з гендерними відмінностями на різних курсах навчання. В Ірані доведено, що низька самооцінка корелює з прокрастинацією, тоді як у Баку її вплив на успішність виявився мінімальним. Вітчизняні дослідження узгоджуються з американськими та малайзійськими результатами, підкреслюючи значення самооцінки у навчальних досягненнях. Українські студенти з високою самооцінкою краще розподіляють час і впевненіше адаптуються до навчального середовища.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ САМООЦІНКИ ТА АКАДЕМІЧНОЇ УСПІШНОСТІ СТУДЕНТІВ

2.1. Організація та методи дослідження самооцінки і її впливу на академічну успішність

Самооцінка є одним із ключових компонентів психічної діяльності людини, оскільки вона визначає, як індивід сприймає себе, свої можливості та досягнення. Вона значною мірою впливає на емоційний стан особистості, її мотивацію та поведінку, зокрема в контексті навчальної діяльності. Для студентів, які знаходяться в умовах високої академічної напруги, питання самооцінки набуває особливого значення, оскільки від того, як вони оцінюють власні здібності та можливості, значною мірою залежить їхня академічна успішність.

Академічна успішність є важливим аспектом соціалізації студентів і має не лише об'єктивні показники, такі як оцінки, результативність виконання завдань, але й суб'єктивні - ставлення до навчання, здатність планувати та здійснювати навчальний процес. Самооцінка безпосередньо впливає на ці фактори, оскільки визначає рівень мотивації студента, його готовність до подолання труднощів, сприйняття навчального процесу як виклику або навпаки - як непереборної перешкоди.

Однак взаємозв'язок між самооцінкою та академічною успішністю студентів є комплексним і багатогранним. Від рівня самооцінки залежить, наскільки індивід буде мотивованим досягати успіхів, як він буде сприймати свої невдачі і що робитиме для подолання труднощів. Висока самооцінка може бути стимулом для подальших досягнень, тоді як низька самооцінка може знижувати впевненість в собі і викликати стрес, що, в свою чергу, погіршує успішність.

Тому важливо дослідити, яким чином рівень самооцінки впливає на академічну успішність, які фактори сприяють або перешкоджають розвитку позитивної самооцінки у студентів, і як можна використовувати ці знання для

створення ефективних психологічних програм і рекомендацій, спрямованих на підвищення академічної успішності через корекцію самооцінки.

Дослідження взаємозв'язку самооцінки і академічної успішності є важливим кроком для розробки методів психологічної підтримки студентів, що дозволяє не лише підвищити їхні академічні досягнення, а й допомогти зберегти психологічне благополуччя та емоційну стабільність у період навчання.

Емпіричне дослідження проводилося в онлайн-форматі у зв'язку з військовими діями в Україні. До участі було залучено 50 студентів 1–2 курсів, яких рекрутували через Telegram-канали університетських спільнот. Збір даних здійснювався за допомогою онлайн-опитувальників, створених у Google Forms, що забезпечило оперативність та доступність дослідження. Анкета містила питання, спрямовані на визначення рівня самооцінки та її впливу на академічну успішність. Анонімність та добровільність участі гарантували об'єктивність отриманих результатів. Отримані дані були проаналізовані для встановлення взаємозв'язку між самооцінкою студентів та їхніми навчальними досягненнями.

Метою дослідження є вивчення зв'язку між рівнем самооцінки та академічною успішністю студентів. Це передбачає аналіз змісту, структури та функцій самооцінки в контексті освітнього процесу. Також у фокусі дослідження - виявлення критеріїв та чинників академічної успішності як психологічного феномену. Додатково розроблено рекомендації для підвищення успішності студентів шляхом розвитку їхньої самооцінки.

В рамках тематики нашої роботи, дослідження було спрямоване на вивчення різних компонентів самооцінки (емоційний, когнітивний, поведінковий), кожен з яких розкриває певний аспект внутрішнього ставлення студента до себе та своїх можливостей, де:

- емоційний компонент полягає у виявленні емоційного ставлення особистості до себе, що проявляється в почутті задоволеності собою, прийнятті себе, рівні внутрішнього комфорту. Позитивна емоційна установка на себе сприяє підвищенню загального психологічного тону та стійкості до стресових ситуацій, зокрема й у навчанні;

- когнітивний компонент відображає уявлення студента про власні здібності, риси, навчальні ресурси, сильні й слабкі сторони. Саме когнітивний рівень самоусвідомлення дає змогу формувати реалістичну мотиваційну базу та адекватно планувати навчальну діяльність. Чим точніше особа оцінює свої можливості, тим ефективніше вона здійснює саморегуляцію;

- поведінковий компонент самооцінки проявляється в конкретних діях студента: ініціативності, відповідальності, готовності долати труднощі, участі в навчальній та науковій діяльності. Наявність упевненості в собі, як поведінкової характеристики, є показником сформованої й стійкої самооцінки.

Вищезазначені компоненти самооцінки суттєво впливають на академічну успішність студентської молоді, зокрема, когнітивний компонент сприяє усвідомленню власних навчальних ресурсів і меж можливостей; емоційний компонент формує внутрішню емоційну опору для подолання навчальних труднощів; поведінковий компонент забезпечує реальні дії, спрямовані на досягнення успіху. Таким чином, чим більш гармонійно розвинені всі складові самооцінки, тим вища ймовірність досягнення студентом високого рівня академічної успішності.

На основі аналізу специфіки кожного компоненту самооцінки, було обрано три психодіагностичні методики, які найбільш повно охоплюють емоційний, когнітивний і поведінковий аспекти. Так, з метою виявлення рівня сформованості емоційного компоненту самооцінки було застосовано методику «Особистісний диференціал» (ОД). Рівень розвитку когнітивного компоненту досліджувався за допомогою методики «Самооцінка комплексу неповноцінності». Сформованість поведінкового компоненту досліджувалась за допомогою методики «Рівень упевненості в собі» (Ф. Зімбардо).

Відповідно до цього, слід зазначити, що методика «Особистісний диференціал» (ОД) є одним із ефективних інструментів для вивчення емоційного ставлення людини до себе як особистості. Ця методика дозволяє визначити, як індивід оцінює різні аспекти свого «Я» через спектр емоційних реакцій, що є

важливим для дослідження самооцінки та її впливу на різні сторони життя, зокрема на академічну успішність.

Методика набула популярності для визначення емоційного ставлення студентів до себе. Вона дозволяє досліджувати такі ключові аспекти, як самооцінка, впевненість у собі, прийняття або відторгнення різних аспектів власної особистості, що безпосередньо впливає на їхню мотивацію та успіхи в навчанні. Вона базується на оцінці особистістю різних аспектів свого «Я» за допомогою шкали з полярними ознаками, які характеризують певний психологічний феномен. У тесті особа вибирає одну з протилежних оцінок на шкалі, оцінюючи, як вона себе сприймає.

Оцінки побудовані на основі двох полярних характеристик. Наприклад:

«Я - неадекватний» / «Я - адекватний»

«Я - неуспішний» / «Я - успішний»

«Я - нещасливий» / «Я - щасливий»

«Я - нерішучий» / «Я - рішучий»

Усе це дозволяє зрозуміти, як студенти оцінюють свої особистісні якості, емоційно реагуючи на різні аспекти свого «Я».

Методика «Особистісний диференціал» є важливим інструментом для розуміння психологічних аспектів самооцінки студентів і може бути ефективно використана для покращення їхнього емоційного стану та підвищення академічної успішності.

Щодо методики «Шкала самооцінки», то основною її метою є визначення рівня самооцінки особистості, зокрема серед підлітків та молоді. Самооцінка - це важливий аспект особистісного розвитку, що включає в себе усвідомлення своїх можливостей, здатність адекватно оцінювати свої якості, досягнення та недоліки. Цей фактор має суттєвий вплив на психологічне здоров'я, соціальну адаптацію, мотивацію та успішність особистості.

Основні характеристики самооцінки:

– Висока самооцінка характеризується позитивним ставленням до себе, впевненістю в своїх силах і здатністю адекватно реагувати на зауваження і критику.

– Середня самооцінка вказує на певні коливання між позитивним та негативним сприйняттям себе, що може проявлятися в іноді виникаючих сумнівах щодо своїх можливостей.

– Низька самооцінка часто супроводжується хронічними сумнівами в собі, непевністю, надмірною чутливістю до критики, схильністю до переживань через те, як до людини ставляться інші.

Ця методика складається з 32 тверджень, що стосуються різних аспектів внутрішнього ставлення до себе, своєї поведінки, взаємодії з іншими людьми та переживань. Твердження охоплюють такі теми, як: переживання власної відповідальності, страхи, пов'язані з оцінкою з боку інших, непевненість у собі, соціальна адаптація, почуття тривожності, сором'язливість тощо.

Дана методика «Шкала самооцінки» є ефективним інструментом для вимірювання рівня самооцінки підлітків і молоді. Вона дає можливість не тільки оцінити поточний стан самооцінки, але й виявити можливі проблеми в самооцінці, що можуть впливати на соціальну адаптацію та психологічне благополуччя. Результати тестування можуть бути корисними для подальших психологічних консультацій та розробки планів корекції або розвитку особистісних якостей.

Методика «Рівень впевненості в собі» була розроблена американським психологом Філіпом Зімбардо і призначена для вимірювання рівня впевненості індивіда в собі. Впевненість у собі є ключовим психологічним фактором, який визначає, як особистість сприймає свої можливості та вміння, а також здатність досягати успіху в різних сферах життя, включаючи навчання та соціальні взаємодії. Вона впливає на мотивацію, здатність до подолання труднощів і стресових ситуацій. Дана методика дозволяє оцінити, наскільки людина вважає себе здатною досягати цілей, наскільки вона відчувається впевнено в соціальних ситуаціях і наскільки позитивно оцінює свої здібності та потенціал.

Методика базується на самозвітності респондента, який оцінює своє ставлення до різних ситуацій, у яких вимагається впевненість у собі. У тесті представлено ряд тверджень, до яких респонденти мають висловити своє ставлення за допомогою шкали оцінки. Це дає змогу не тільки виміряти рівень впевненості в собі, а й визначити, які аспекти життя викликають сумніви чи тривогу у особистості.

Тест складається з 20–30 тверджень, на які респондент має відповісти. Твердження охоплюють різні аспекти впевненості у собі:

- Соціальна впевненість: Ставлення до себе в соціальних ситуаціях, здатність ініціювати контакти, проявляти ініціативу в групах.
- Професійна впевненість: Віра в свої професійні здібності, здатність досягати цілей на роботі або в навчанні.
- Емоційна впевненість: Спокій у стресових ситуаціях, здатність справлятися з емоціями і тривогою.
- Інтелектуальна впевненість: Оцінка своїх інтелектуальних здібностей, здатність вирішувати складні завдання та приймати правильні рішення.

Інтерпретація результатів

- Високий рівень впевненості в собі: Людина вірить у свої сили, здатна ефективно справлятися з труднощами, соціально адаптована і активно ставить до досягнення своїх цілей. Вона демонструє високу мотивацію і прагнення до успіху.
- Середній рівень впевненості в собі: Особа може відчувати себе впевнено в деяких аспектах життя, але в інших ситуаціях виникають сумніви чи тривога. Це може свідчити про те, що людина ще не досягла достатнього рівня самоповаги, але працює над собою.
- Низький рівень впевненості в собі: Людина часто сумнівається у своїх силах, боїться соціальних взаємодій або важко справляється з труднощами. Така особа може мати труднощі з досягненням академічних або соціальних цілей.

Методика «Рівень впевненості в собі» допомагає оцінити одну з найважливіших характеристик особистості, що визначає її здатність досягати

цілей, адаптуватися до змін і розвиватися в навчальному та соціальному середовищах.

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження

З метою виявлення рівня успішності респондентів було проведено аналіз їхніх академічних досягнень за останній семестр, з урахуванням середнього балу, результатів іспитів та поточної успішності. Слід зазначити, що рівні академічної успішності студентів визначалися на основі їхніх навчальних досягнень, зокрема - середнього балу (GPA), результатів іспитів, заліків, виконання курсових та інших навчальних завдань. Відповідно до цього було зафіксовано, що серед опитаних студентів 20% мають високий рівень академічної успішності, 54% - середній, а 26% - низький. Кількісні показники отриманих результатів подано в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Рівні академічної успішності серед студентів

Рвні розвитку		
Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
20%	54%	26%

Відповідно до показників, можна сказати, що респонденти з високим рівнем академічної успішності мають Високий рівень академічної успішності характеризується середнім балом від 90 до 100 (за 100-бальною шкалою) або 4.5–5.0 (за 5-бальною). Студенти з таким рівнем демонструють відмінні результати на іспитах, активну участь у навчальному процесі, науковій діяльності, конкурсах, олімпіадах.

Респонденти із середнім рівнем академічної успішності характеризуються середнім балом від 71 до 89 (за 100-бальною шкалою) або 3.5–4.4 (за 5-бальною системою). Такі студенти переважно отримують добрі та задовільні оцінки, іноді

— поодинокі високі або низькі результати. Їхня участь у навчальному процесі є помірною: здебільшого вони виконують необхідний мінімум. Хоча завдання виконуються без грубих помилок, можуть мати недоліки в аналітичному обґрунтуванні або глибині опрацювання матеріалу.

Студенти з низьким рівнем академічної успішності зазвичай мають середній бал нижче 70 або менше 3.5 за п'ятибальною шкалою. Для цієї групи характерні часті незадовільні оцінки, труднощі зі складанням заліків та іспитів, пропуски занять без поважної причини. Також спостерігається пасивне ставлення до навчального процесу, відсутність мотивації та складнощі з опануванням і застосуванням знань на практиці.

Це дозволяє зробити припущення про те, що саме самооцінка відіграє важливу роль у досягненні високих академічних результатів, оскільки значною мірою впливає на рівень навчальної мотивації, впевненість у власних силах та здатність до саморегуляції.

За результатами діагностики емоційного компонента самооцінки, що здійснювався за допомогою методики «Особистісний диференціал», було виявлено, що у студентів з високим рівнем академічної успішності 70% респондентів мають високий, 20% - середній, і 10% - низький рівень розвитку емоційного компонента самооцінки. У здобувачів з середнім рівнем академічної успішності 33% мають високий рівень, 48% - середній, а 19% - низький рівень її сформованості. Серед респондентів з низькою академічною успішністю лише 8% мають високий, 38% - середній, і 54% - низький рівень емоційності. Кількісні показники результатів діагностики подано в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

Рівень розвитку емоційного компоненті самооцінки юнаків за методикою
«Особистісний диференціал»

Рівень академічної успішності	Рівні розвитку емоційного компоненту		
	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
Високий	70%	20%	10%
Середній	33%	48%	19%
Низький	8%	38%	54%

Показники даної таблиці свідчать про те, що більша частка студентів із високим рівнем емоційності спостерігається серед осіб, що мають високу академічну успішність. Натомість серед студентів із низькою успішністю цей показник є дуже малий, тоді як понад половина з них мають низький рівень емоційного компоненту. Ці дані дають підстави припустити, що емоційне ставлення до себе є важливим фактором, що сприяє формуванню впевненості, внутрішньої стійкості та позитивної мотивації до навчання. Студенти, які приймають себе, загалом задоволені собою і мають позитивну самооцінку, демонструють кращі результати у навчальній діяльності. Натомість низький рівень емоційного компоненту, що виявляється в самознеціненні, незадоволеності собою, може слугувати психологічним бар'єром для ефективного засвоєння знань та знижувати навчальну мотивацію. Таким чином, емоційний компонент самооцінки виступає важливою умовою успішного функціонування особистості у навчальній сфері, а його розвиток доцільно розглядати як напрям у психолого-педагогічній підтримці студентської молоді.

Діагностика когнітивного компоненту самооцінки, що здійснювалася за допомогою методики «Самооцінка комплексу неповноцінності» показала, що у студентів з високим рівнем академічної успішності 60% респондентів мають високий рівень когнітивної самооцінки, 30% - середній, і 10% - низький. У здобувачів із середнім рівнем академічної успішності 30% мають високий рівень, 44% - середній, а 26% - низький. Респонденти з низькою академічною

успішністю продемонстрували такі результати: 15% - високий, 20% - середній, і 65% - низький рівень когнітивної самооцінки. Кількісні показники результатів діагностики подано в таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

Рівень розвитку когнітивного компоненту самооцінки юнаків за методикою «Самооцінка комплексу неповноцінності»

Рівень академічної успішності	Рівні розвитку когнітивного компоненту		
	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
Високий	70%	20%	10%
Середній	33%	48%	19%
Низький	8%	38%	54%

Аналіз отриманих даних засвідчує наявність чіткої залежності між рівнем когнітивної самооцінки та академічною успішністю студентської молоді. Високий рівень когнітивного компоненту характеризується адекватною впевненістю у власних інтелектуальних можливостях, що забезпечує внутрішню мотивацію до досягнень, ініціативність та ефективну саморегуляцію навчальної діяльності. Водночас занижений рівень когнітивної самооцінки, який є характерним для більшості студентів із низькими показниками успішності, може обмежувати активність, породжувати невпевненість та страх перед інтелектуальними викликами. Таким чином, когнітивний компонент самооцінки є важливим психологічним чинником, що зумовлює індивідуальні відмінності у рівні академічної результативності. Його розвиток варто розглядати як один із напрямів психологічного супроводу студентської молоді з метою підвищення її освітніх досягнень.

За результатами діагностики поведінкового компоненту самооцінки, що здійснювався за допомогою методики «Рівень упевненості в собі» (Ф. Зімбардо), було виявлено, що у студентів з високим рівнем академічної успішності 70% респондентів мають високий, 20% - середній, і 10% - низький рівень розвитку поведінкового компоненту самооцінки. У здобувачів з середнім рівнем

академічної успішності 33% мають високий рівень, 48% - середній, а 19% - низький рівень сформованості поведінкової впевненості. Серед респондентів з низькою академічною успішністю лише 8% мають високий, 38% - середній, і 54% - низький рівень поведінкової самооцінки. Кількісні показники результатів діагностики подано в таблиці 2.4.

Таблиця 2.4

Рівень розвитку поведінкового компоненту самооцінки юнаків за методикою «Рівень упевненості в собі» (Ф. Зімбардо)

Рівень академічної успішності	Рівні розвитку поведінкового компоненту		
	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
Високий	70%	20%	10%
Середній	33%	48%	19%
Низький	8%	38%	54%

Показники даної таблиці свідчать про те, що більша частка студентів із високим рівнем поведінкової самооцінки спостерігається серед осіб, які мають високу академічну успішність. Натомість серед студентів із низькою успішністю цей показник є незначним — лише 8%, тоді як понад половина з них (54%) мають низький рівень поведінкової впевненості. Ці дані дають підстави припустити, що впевненість у власних діях, ініціативність і здатність до самостійного прийняття рішень є важливими факторами, які сприяють ефективному навчальному процесу. Студенти, які демонструють високий рівень поведінкової самооцінки, зазвичай активні, цілеспрямовані та мають сформовану внутрішню мотивацію до досягнення успіху. Вони не бояться проявляти ініціативу, легше адаптуються до навчального навантаження та взаємодії з викладачами. Натомість низький рівень поведінкової самооцінки, що проявляється у пасивності, непевненості, страху перед помилками та низькому рівні самостійності, може виступати серйозним бар'єром на шляху до академічного зростання. Такі студенти часто потребують зовнішньої підтримки, уникають складних завдань і виявляють залежність від чужої думки, що негативно впливає на навчальні результати. Таким чином,

поведінковий компонент самооцінки виступає ключовим фактором успішного функціонування особистості в освітньому середовищі. Його розвиток доцільно розглядати як важливий напрям психолого-педагогічного супроводу студентської молоді, особливо тих, хто має труднощі в навчанні.

Графічне зображення результатів діагностики щодо рівнів сформованості емоційного, когнітивного та поведінкового компонентів самооцінки юнакої молоді відповідно до рівня академічної успішності подано на рисунку 2.1, 2.2 та 2.3.

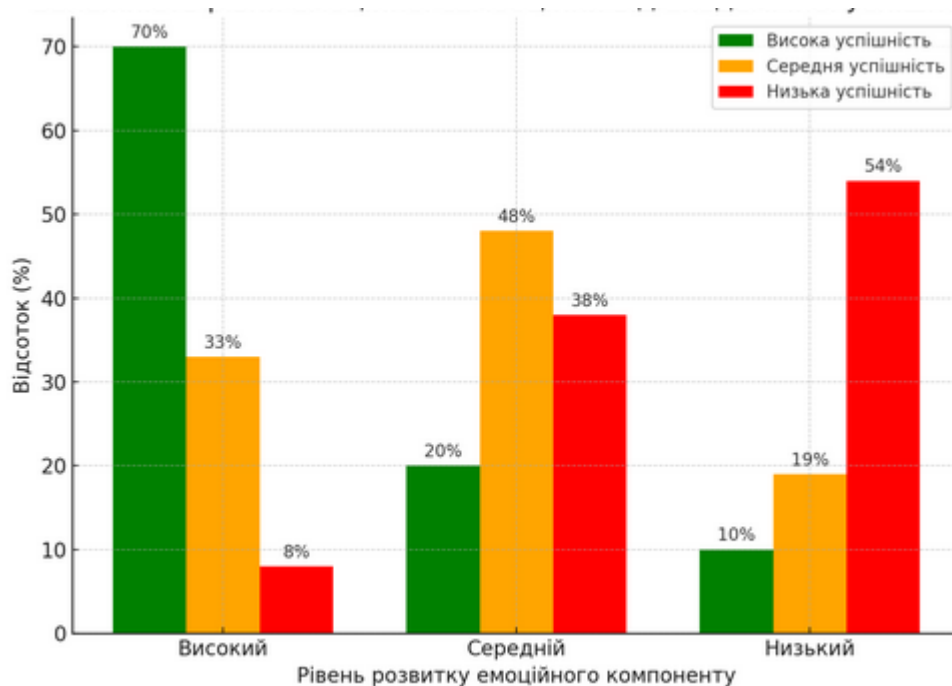


Рис. 2.1. Рівень розвитку емоційного компоненту самооцінки у студентів з різним рівнем академічної успішності

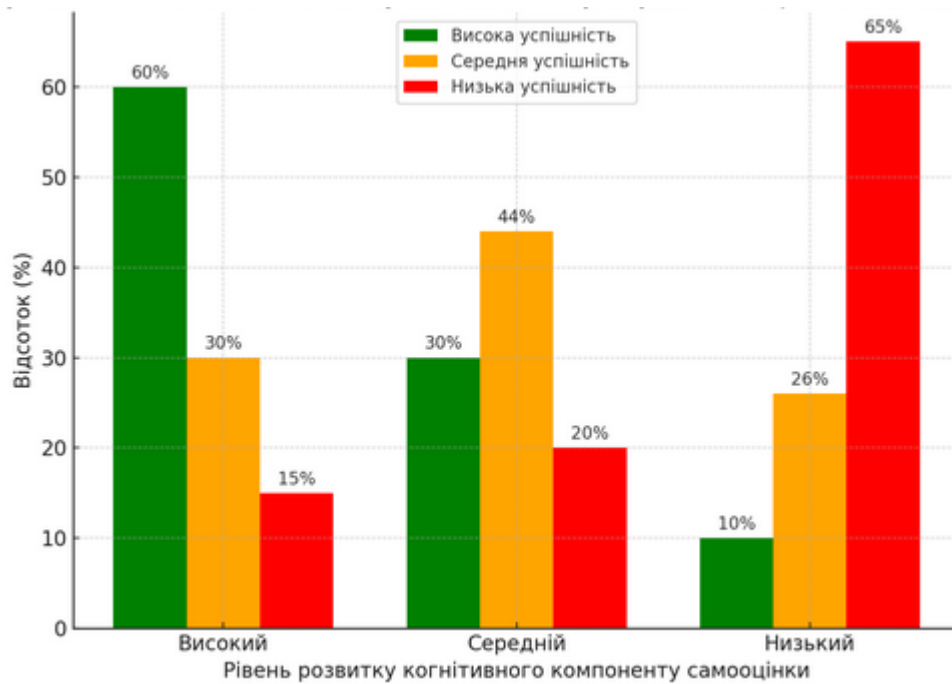


Рис. 2.2. Рівень розвитку когнітивного компонента самооцінки у студентів з різним рівнем академічної успішності

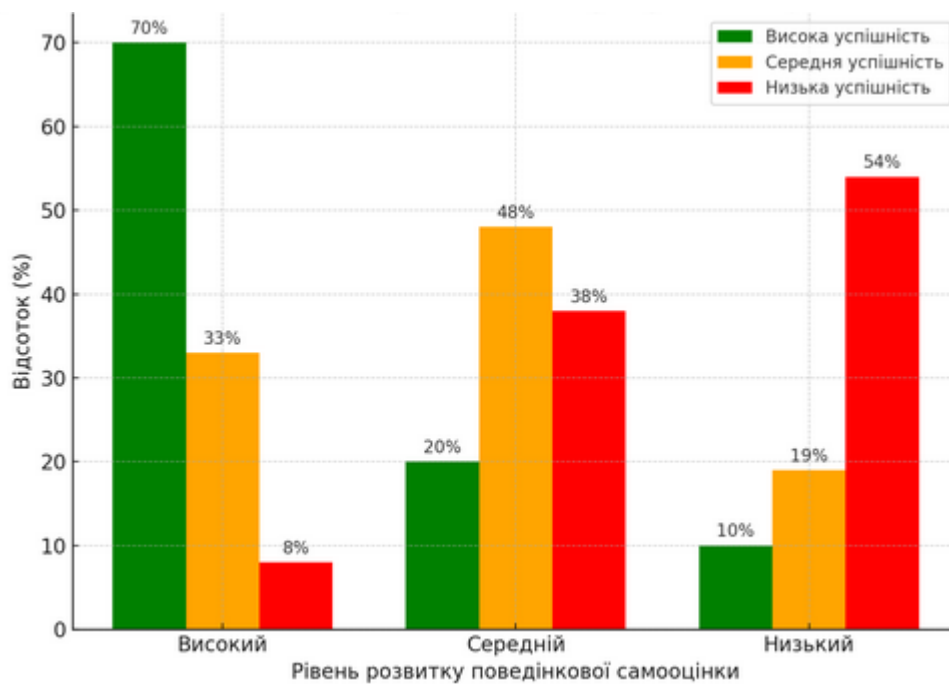


Рис. 2.3. Рівень розвитку поведінкового компонента самооцінки у студентів з різним рівнем академічної успішності

Узагальнені результати діагностики виокремлених компонентів дозволяє з'ясувати загальний рівень сформованості самооцінки студентської молоді в контексті академічної успішності. В результаті цього було виявлено, що серед

студентів з високим рівнем академічної успішності 66.7% мають високий, 23.3% - середній і 10% - низький рівень самооцінки. У 32% студентів із середнім рівнем академічної успішності зафіксовано високий рівень самооцінки, у 45,3% - середній та 22,7% - низький рівні розвитку даного явища. 10,3% студенти з низьким рівнем академічної успішності мають високий, 32% - середній і 57,7% - низький рівень самооцінки. Графічне зображення отриманих результатів подано на рисунку 2.4.

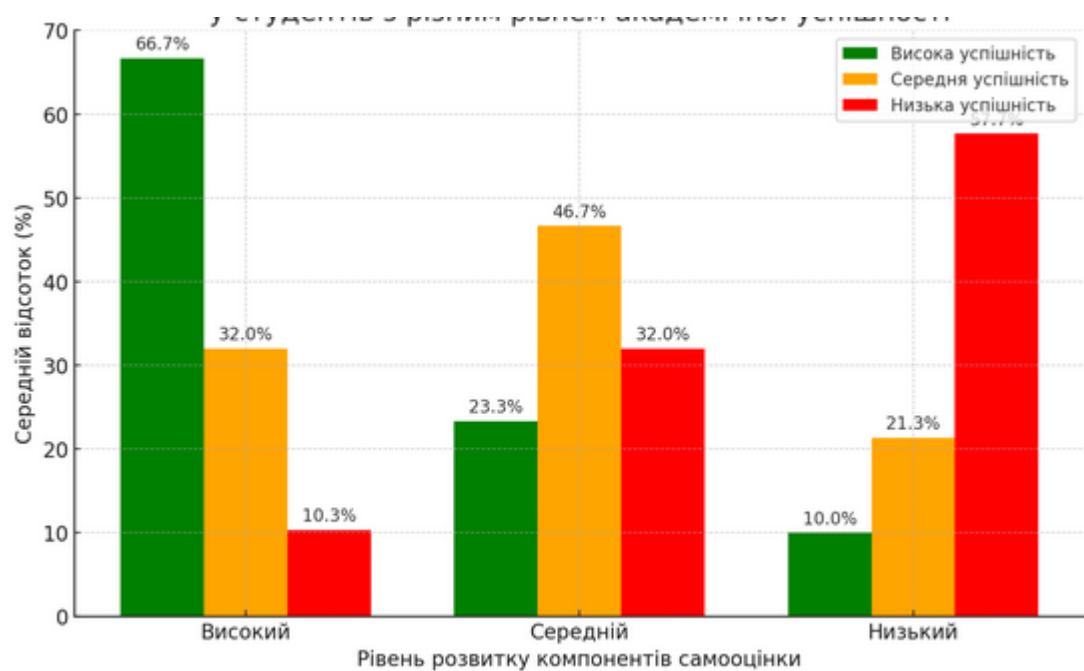


Рис. 2.4. Рівень розвитку самооцінки юнацької молоді відповідно до рівня академічної успішності

Показники наведених даних дають можливість сказати, що студенти з високим рівнем навчальних досягнень частіше мають розвинену позитивну самооцінку, що проявляється на всіх її рівнях: емоційному, когнітивному та поведінковому. Натомість у студентів з низькою успішністю переважає занижена самооцінка, що може вказувати на внутрішню невпевненість, недостатню мотивацію й саморегуляцію.

Кореляційний аналіз за критерієм Спірмена показав наявність статистично значущих позитивних зв'язків між виокремленими компонентами самооцінки, результати якого подано в таблиці 2.5.

Таблиця 2.5

Результати кореляції компонентів самооцінки за критерієм Спірмена

Назва компонентів	Результат кореляції
між емоційним та когнітивним	$r_s = 0.356$
між когнітивним та поведінковим	$r_s = 0.308$
між поведінковим та емоційним	$r_s = 0.304$

Показники даної таблиці зафіксували наявність найвищого показника кореляції між емоційним та когнітивним компонентами, що свідчить про тісний зв'язок між емоційним сприйняттям себе та раціональною оцінкою власних можливостей. Помірні позитивні зв'язки виявлено між когнітивним і поведінковим компонентами та між поведінковим і емоційним, що вказує на взаємозалежність між уявленням про себе, емоційною стабільністю та практичними проявами самооцінки у поведінці.

Отримані результати підтверджують цілісну структуру самооцінки як психічного утворення, в якому кожен компонент впливає на інші. Це говорить про те, що розвиток когнітивної впевненості у власних здібностях, підтримка позитивного емоційного самосприйняття та стимулювання активної поведінки у навчальному процесі сприяють підвищенню ефективності навчання.

У контексті академічної успішності студентів, ці результати можуть свідчити про те, що:

- Когнітивний компонент самооцінки, як пов'язаний і з емоційною, і з поведінковою складовими, може виступати ключовим у формуванні позитивного ставлення до навчання. Студенти, які адекватно оцінюють свої інтелектуальні можливості, зазвичай демонструють вищу мотивацію та ефективніші навчальні стратегії. Це говорить про те, що вони вірять у свої інтелектуальні здібності, краще справляються з навчальними завданнями. Вони менш схильні уникати

складних завдань, більше концентруються на досягненні результату. Тобто, адекватна когнітивна самооцінка стимулює мотивацію до навчання

- Емоційний стан студента (впевненість, рівень тривожності) впливає на його здатність зосереджуватися, долати труднощі, справлятися зі стресом під час навчального процесу. Це говорить про те, що емоційна впевненість у собі допомагає долати стрес під час сесій, іспитів, дедлайнів. Позитивне емоційне ставлення до себе пов'язане з меншим рівнем тривожності, що покращує когнітивні функції: пам'ять, увагу, здатність до аналізу. І, навпаки, негативна емоційна самооцінка може призводити до прокрастинації, страху невдач, зниження результатів.

- Поведінковий компонент, який включає прояви активності, наполегливість, ініціативність, також має значення для досягнення високих результатів у навчанні. Тобто, впевнені в собі студенти демонструють вищу активність у навчальному процесі: задають питання, беруть участь в обговореннях, виконують завдання вчасно. Це відображає практичне втілення їх самооцінки та є одним із ключових факторів досягнення успіху.

Виявлені позитивні кореляції між компонентами самооцінки вказують, що ці аспекти взаємопідсилюють один одного. Якщо студент має позитивну емоційну оцінку себе, то зазвичай і його раціональне уявлення про свої можливості (когнітивне) є вищим, і це проявляється у його поведінці (поведінковий компонент). Отже, підвищення одного з компонентів самооцінки (наприклад, емоційного через психоемоційну підтримку) потенційно веде до покращення інших і, як наслідок, до зростання академічної успішності.

Таким чином, гармонійний розвиток усіх трьох компонентів самооцінки може сприяти підвищенню академічної успішності студентів. Результати кореляційного аналізу підтверджують взаємозв'язок цих складових, що вказує на доцільність комплексного підходу у підтримці особистісного розвитку студентів у навчальному середовищі. З огляду на це, доцільно впроваджувати психолого-педагогічні заходи, спрямовані на гармонійний розвиток усіх компонентів

самооцінки студентів з метою оптимізації їхньої навчальної мотивації та результативності.

Окрім цього, було встановлено сильну позитивну кореляцію між академічною успішністю та самооцінкою юнаків ($r_s = 0.718$), що означає: чим вища самооцінка, тим вищою, як правило, є академічна успішність, і навпаки. Таким чином, самооцінка є важливим психологічним чинником, що може впливати на мотивацію до навчання, впевненість у власних силах і загальні досягнення студентів. Це підкреслює необхідність підтримки позитивної самооцінки в освітньому середовищі.

2.3. Практичні рекомендації для підвищення академічної успішності студентів через розвиток їхньої самооцінки

На основі результатів емпіричного дослідження є потреба у розробці методичних рекомендацій, спрямованих на підвищення академічної успішності студентів через розвиток їхньої самооцінки. Аналіз показав, що значна частина студентів має середній або низький рівень самооцінки, що може негативно впливати на їхню мотивацію, впевненість у собі та здатність до навчальної діяльності. Виявлено, що недостатній рівень самоповаги (14%) та низька впевненість у собі (26%) створюють перешкоди для ефективного засвоєння знань та розвитку особистісного потенціалу. Окрім цього, 33% студентів мають низький рівень загальної самооцінки, що вказує на потребу у формуванні навичок саморефлексії, подолання негативних установок і розвитку позитивного ставлення до себе. Підвищення рівня самооцінки сприятиме не лише покращенню академічних результатів, а й підвищенню стресостійкості, соціальної активності та готовності до професійної реалізації. Враховуючи ці фактори, було розроблено програму для формування адекватної самооцінки у студентів з метою підвищення їхньої академічної продуктивності.

Пропонуємо програму «Формування позитивної самооцінки як чинник академічної успішності», спрямовану на розвиток самоповаги, впевненості у собі та навичок саморефлексії. Програма включає інтерактивні заняття, спрямовані на розпізнавання особистісних ресурсів, подолання негативного мислення, формування конструктивного ставлення до помилок і розвиток навичок саморегуляції. Її основна мета – допомогти студентам усвідомити свої сильні сторони, навчитися ефективно керувати власною самооцінкою та підвищити мотивацію до навчання. Окрім теоретичних аспектів, програма містить практичні вправи, які сприяють зміцненню внутрішньої впевненості, розвитку емоційної стійкості та конструктивного мислення. Важливим компонентом є формування навичок самоконтролю, що допоможе студентам долати академічні труднощі без значного впливу стресових факторів. Структура програми представлена в таблиці 2.6.

Таблиця 2.6

Структура програми «Формування позитивної самооцінки як чинник академічної успішності»

Назва заняття	Мета	Опис	Домашнє завдання
Самооцінка: що це і як вона впливає на успішність?	Ознайомити студентів із поняттям самооцінки та її роллю у навчанні	Лекція-дискусія про види самооцінки, її вплив на мотивацію, емоційний стан і академічні досягнення	Визначити власний рівень самооцінки за методиками та описати свої сильні сторони
Формування впевненості в собі	Навчити студентів використовувати позитивні стратегії для	Практичне заняття з техніками самопідтримки, візуалізацією успіху, подоланням страху помилок	Виконати вправу «Щоденник досягнень»

	зміцнення впевненості		протягом тижня
Подолання негативних установок та страху невдач	Навчити студентів розпізнавати та змінювати деструктивні думки	Аналіз та корекція негативного мислення за допомогою технік когнітивної поведінкової терапії	Скласти список негативних установок та запропонувати альтернативні позитивні формулювання
Емоційна стійкість та саморегуляція	Сприяти розвитку навичок управління емоціями в навчальному процесі	Використання технік саморегуляції, управління стресом та вправ на усвідомленість	Вправа «Аналіз стресових ситуацій» – записати ситуації, що викликають напругу, та можливі способи їх подолання
Мотивація та цілепокладання	Допомогти студентам навчитися ставити реалістичні навчальні цілі	Планування академічних досягнень, робота з мотиваційними факторами	Розробити власний план навчального розвитку з конкретними цілями та дедлайнами

Формування здорової конкуренції та ефективної взаємодії	Розвинути навички конструктивної конкуренції та командної роботи	Обговорення ролі конкуренції, її позитивних і негативних аспектів, практичні завдання з взаємопідтримки	Виконати вправу «Аналіз своїх досягнень і командних результатів»
---	---	---	---

Аналізуючи табл. 2.6, перше заняття присвячене ознайомленню студентів із поняттям самооцінки та її впливом на академічну успішність. Учасники отримують базові знання про механізми формування самооцінки, її взаємозв'язок із мотивацією та емоційним станом. Під час обговорення студенти аналізують, як їхні власні уявлення про себе можуть впливати на навчальну продуктивність, активність на заняттях і стратегії подолання труднощів. Лектор наводить приклади успішних людей, які через адекватну самооцінку змогли досягти значних результатів у навчанні та кар'єрі. Виконується групове завдання, де студенти мають визначити ключові чинники, які впливають на їхню впевненість у собі. Для рефлексії кожен учасник отримує індивідуальне домашнє завдання – визначити власний рівень самооцінки за допомогою тестових методик та записати свої сильні сторони.

Наступне заняття спрямоване на розвиток навичок формування впевненості в собі через позитивне мислення та зміну ставлення до власних досягнень. Студенти вчаться розпізнавати моменти, коли вони самі обмежують власні можливості, занижуючи значущість своїх успіхів. Під час заняття викладач проводить вправи на самопідтримку, які допомагають студентам формувати внутрішню впевненість та бачити позитивні результати власних зусиль. Однією з основних технік є візуалізація успіху, коли учасники уявляють себе в ролі компетентних і впевнених особистостей. Групова дискусія дозволяє студентам ділитися власними прикладами подолання невпевненості, а також аналізувати ситуації, коли страх помилки заважав їм досягати мети.

Закріпленням матеріалу є виконання домашнього завдання – вести «Щоденник досягнень» протягом тижня, записуючи щодня три своїх успіхи.

Третє заняття спрямоване на роботу з негативними установками та страхом невдач, які безпосередньо впливають на рівень самооцінки та академічну мотивацію. Викладач пояснює механізм формування деструктивного мислення та його вплив на поведінкові реакції студентів у навчальному процесі. Особлива увага приділяється аналізу найбільш поширених негативних установок, таких як «Я не впораюся», «Я недостатньо здібний» або «Мої помилки визначають мою цінність як студента». Під час практичного блоку студенти працюють над трансформацією цих переконань, замінюючи їх альтернативними, більш конструктивними формулюваннями. Виконується вправа «Діалог із внутрішнім критиком», де учасники описують ситуації, в яких вони знецінювали себе, та знаходять аргументи для зміни сприйняття. Завданням для самостійної роботи є створення списку власних негативних думок і розробка для них альтернативних позитивних тверджень.

Четверте заняття присвячене розвитку навичок емоційної стійкості та саморегуляції, що є важливими складовими здорової самооцінки. Студенти отримують практичні інструменти управління емоціями, які допоможуть їм знижувати рівень стресу під час навчального процесу та екзаменаційних періодів. Обговорюються ефективні методи боротьби з хвилюванням, зокрема техніки усвідомленого дихання, м'язової релаксації та когнітивного переформулювання ситуацій. Викладач демонструє, як емоційна стійкість впливає на самооцінку, дозволяючи студентам не зациклюватися на невдачах, а використовувати їх як досвід для самовдосконалення. Виконується вправа «Карта емоцій», де кожен учасник аналізує свої емоційні реакції на складні ситуації та знаходить способи їх конструктивного вирішення. Для самостійної роботи студенти отримують завдання проаналізувати стресові ситуації, які траплялися з ними протягом тижня, та описати можливі варіанти їх вирішення.

П'яте заняття присвячене формуванню навичок мотивації та правильного цілепокладання, що є основою для стабільного розвитку самооцінки.

Обговорюються поширені причини втрати мотивації до навчання, такі як страх невдачі, відсутність конкретних цілей або порівняння себе з іншими. Викладач пояснює техніку SMART для постановки навчальних цілей, що допомагає студентам структурувати свої завдання та робити їх більш досяжними. Практичним блоком заняття є створення особистого плану розвитку, де кожен учасник визначає свої академічні цілі та шляхи їх досягнення. Важливою частиною є обговорення значення внутрішньої мотивації, коли навчання сприймається не як обов'язок, а як можливість самореалізації. Для самостійного виконання студентам пропонується скласти власний навчальний план із конкретними завданнями та дедлайнами.

Шосте заняття зосереджене на темі здорової конкуренції та ефективної взаємодії, що сприяє формуванню стійкої самооцінки. Обговорюються різниця між конструктивною та деструктивною конкуренцією, а також їхній вплив на академічну успішність. Викладач пояснює, як навчитися використовувати конкурентне середовище як мотиваційний фактор, не порівнюючи себе з іншими деструктивним способом. Практичне завдання передбачає виконання групової вправи, де студенти аналізують ситуації, коли вони відчували суперництво, та визначають, як це вплинуло на їхню мотивацію. Дискусія дозволяє учасникам зрозуміти, що ефективна взаємодія з одногрупниками може сприяти не лише їхнім власним успіхам, а й підвищенню загального рівня академічного середовища.

Таким чином, методичні рекомендації для підвищення академічної успішності студентів через розвиток їхньої самооцінки спрямовані на формування впевненості в собі, покращення самоповаги та розвиток навичок саморегуляції. Програма «Формування позитивної самооцінки як чинник академічної успішності» включає комплекс занять, що допомагають студентам усвідомити вплив самооцінки на навчальний процес, подолати негативні установки, розвинути стресостійкість та ефективно керувати своєю мотивацією. Перше заняття допомагає студентам зрозуміти значення самооцінки у навчанні, друге спрямоване на розвиток впевненості в собі через техніки самопідтримки, а

третє акцентує увагу на подоланні негативного мислення та страху невдач. Четверте заняття дає студентам інструменти емоційної саморегуляції, що допомагає їм знижувати рівень стресу під час навчання, п'яте формує навички правильного цілепокладання та зміцнює мотивацію. Останнє заняття спрямоване на розвиток здорової конкуренції та ефективної взаємодії, що сприяє формуванню позитивної самооцінки та академічної успішності.

Висновки до другого розділу

1. Емпіричне дослідження проводилося онлайн через військові дії в Україні, участь у ньому взяли 50 студентів 1–2 курсів, яких рекрутували через Telegram-канали університетських спільнот. Збір даних здійснювався за допомогою онлайн-опитувальників у Google Forms. Використано методики: «Особистісний диференціал» (ОД), «Дослідження самоповаги», «Рівень впевненості в собі (Ф. Зімбардо)», «Шкала самооцінки», «Самооцінка комплексу неповноцінності». Вони допомогли оцінити емоційне ставлення до себе, рівень самоповаги, впевненість у собі та вплив негативних установок на навчальні досягнення.

2. Результати дослідження підтвердили значний вплив самооцінки на академічну успішність студентів. За методикою «Особистісний диференціал» (ОД) 42% студентів мають низький рівень впевненості, що може ускладнювати навчання, а 40% – низьку енергійність, що впливає на продуктивність. Методика «Дослідження самоповаги» показала, що 14% студентів мають низьку самоповагу, 68% – середню, 18% – високу, що визначає їхню мотивацію. За методикою «Рівень впевненості в собі (Ф. Зімбардо)» 26% респондентів мають низьку впевненість, що обмежує їхню академічну активність, тоді як високий рівень мають лише 12%. Методика «Шкала самооцінки» виявила, що 33% студентів мають низьку самооцінку, 45% – середню, 22% – високу, що позитивно впливає на їхню успішність. За методикою «Самооцінка комплексу неповноцінності» 18% студентів мають виражену закомплексованість, тоді як

74% або справляються з комплексами, або не мають їх, що сприяє їхній продуктивності.

3. Методичні рекомендації спрямовані на підвищення академічної успішності через розвиток самооцінки студентів. Програма «Формування позитивної самооцінки як чинник академічної успішності» містить шість занять, що розвивають впевненість у собі та навички саморегуляції. Перше заняття допомагає студентам усвідомити вплив самооцінки на навчання, друге – спрямоване на розвиток впевненості через техніки самопідтримки. Третє заняття акцентує увагу на подоланні негативного мислення та страху невдач, четверте – надає інструменти емоційної саморегуляції. П'яте заняття формує навички правильного цілепокладання та зміцнює мотивацію студентів до навчання. Останнє заняття сприяє розвитку здорової конкуренції та ефективної взаємодії, що позитивно впливає на самооцінку та академічні досягнення.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі було досліджено самооцінку як фактор академічної успішності студентської молоді, згідно поставлених завдань можна зробити наступні висновки:

1. Самооцінка – це важливий психологічний механізм, який визначає ставлення людини до себе та впливає на її поведінку в суспільстві. Вона формується під впливом особистих рис, досвіду, рівня саморефлексії, а також зовнішніх чинників, таких як думка оточення, соціальні норми та культура. Важливим є баланс між реальним та ідеальним «Я», що впливає на рівень задоволеності собою. Самооцінка може бути адекватною або ні, що позначається на спілкуванні та психологічному стані.

2. Академічна успішність залежить від розумових здібностей, мотивації, емоційного стану, соціального середовища та організаційних навичок. Вона визначається рівнем засвоєння знань, адаптацією до навчання, соціальною взаємодією та самостійністю студента. Важливими факторами є саморегуляція, підтримка мотивації та створення комфортного навчального простору. Академічні досягнення не лише відображають рівень знань, а й впливають на особистісний та професійний розвиток.

3. Вітчизняні та зарубіжні дослідження показують, що висока самооцінка позитивно впливає на успішність через мотивацію, самоконтроль і зниження стресу. В Україні, США та Малайзії виявлено сильний позитивний зв'язок між цими факторами, тоді як в Іспанії та Індії цей зв'язок не підтверджено. У Китаї самооцінка впливає на академічну самоефективність, при цьому є гендерні відмінності на різних курсах. В Ірані низька самооцінка пов'язана з прокрастинацією, а в Баку її вплив на успішність мінімальний. Українські студенти з високою самооцінкою краще розподіляють час і легше адаптуються до навчального процесу.

4. Емпіричне дослідження проводилося онлайн через воєнні дії в Україні. В ньому взяли участь 50 студентів 1–2 курсів, яких залучили через Telegram-

спільноти університетів. Опитування проходило в Google Forms із використанням методик: «Особистісний диференціал», «Дослідження самоповаги», «Рівень впевненості в собі» (Ф. Зімбардо), «Шкала самооцінки» та «Самооцінка комплексу неповноцінності». Вони допомогли оцінити ставлення студентів до себе, рівень самоповаги, впевненість і вплив негативного мислення на навчання.

5. Результати дослідження підтвердили вплив самооцінки на академічні досягнення студентів. За методикою «Особистісний диференціал» 42% студентів мають низький рівень впевненості, що ускладнює навчання, а 40% – низьку енергійність, що впливає на продуктивність. Дослідження самоповаги показало, що 14% студентів мають низьку самоповагу, 68% – середню, 18% – високу, що впливає на мотивацію. Тест Ф. Зімбардо виявив, що 26% студентів мають низьку впевненість, а високий рівень впевненості є лише у 12%. За шкалою самооцінки: 33% мають низьку самооцінку, 45% – середню, 22% – високу, що позитивно впливає на успішність. За шкалою комплексу неповноцінності 18% студентів відчувають сильну закомплексованість, тоді як 74% або не мають її, або справляються з нею, що сприяє ефективності навчання.

6. Методичні рекомендації спрямовані на підвищення академічної успішності через розвиток самооцінки. Програма «Формування позитивної самооцінки як чинник академічної успішності» складається з шести занять. Перше знайомить студентів із впливом самооцінки на навчання, друге – розвиває впевненість через техніки самопідтримки. Третє допомагає долати негативне мислення та страх невдач, четверте – вчить емоційній саморегуляції. П'яте заняття формує навички постановки цілей і підвищує мотивацію. Останнє заняття допомагає розвинути здорову конкуренцію та ефективну взаємодію, що позитивно позначається на самооцінці та академічних результатах.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

- Апостолова Т. Л. Академічна успішність як психологічний феномен. *Держава, регіони, підприємництво: інформаційні, суспільно-правові, соціально-економічні аспекти розвитку* : тези доп. V Міжнар. конф., м. Київ, 7 груд. 2023 р. с.1-2.
- Бахвалова А. В. Зв'язок самооцінки та об'єктивних факторів. *Психологія свідомості: теорія і практика наукових досліджень*. 2022. С. 54–57.
URL: <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-14> (дата звернення: 05.03.2025).
- Березовська Л. Взаємозв'язок самооцінки та самопрезентації молоді у соціальних мережах. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2023. № 3(71). С. 142–149.
URL: <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2022-71-142-149> (дата звернення: 05.03.2025).
- Березовська Л. Самооцінка студентів, що поєднують навчання та роботу. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2022. № 3(67). С. 153–160.
URL: <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2022-67-153-160> (дата звернення: 14.12.2024).
- Гавриловська К. П., Кравчинська Л. О. Психічне здоров'я старшокласників із різним рівнем академічної успішності. *Наукові записки. Серія: Психологія*. 2024. № 2. С. 30–35. URL: <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-2-4> (дата звернення: 05.03.2025).
- Дужич Н. В., Мялюк О. П., Марущак М. І. Аналіз чинників, які впливають на академічну успішність. *Медична освіта*. 2023. № 3. С. 54–61.
URL: <https://doi.org/10.11603/m.2414-5998.2023.3.14050> (дата звернення: 05.03.2025).
- Зарицька В. В., Козаченко Д. С. Феномен самооцінки у психологічному дискурсі. *Journal of Psychology Research*. 2024. Т. 29, № 12. С. 19–25.
URL: <https://doi.org/10.15421/102903> (дата звернення: 05.03.2025).
- Ісаєвич С. Психологічні особливості ставлення студентів до міжнародної академічної мобільності. *Problems of the humanitarian sciences. psychology*. 2022. № 50. С. 38–

43. URL: <https://doi.org/10.32782/2312-8437.50.2022-5> (дата звернення: 14.12.2024).

Колчигіна А., Зайцева О. Академічна саморегуляція й особливості взаємозв'язку мотиваційної та регулятивної сфери студентів. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2021. № 10. С. 97–104. URL: <https://doi.org/10.30970/ps.2021.10.14> (дата звернення: 05.03.2025).

Котлова Л. О., Тичина І. М., Шикирава Н. М. Статтеві відмінності самооцінки та мотивації навчання студентів. *Habitus*. 2022. № 34. С. 47–51. URL: <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.34.7> (дата звернення: 14.12.2024).

Криворучко Т. І. Особливості розуміння самооцінки в сучасній психологічній науці. *Медсестринство*. 2016. № 4. С. 19–22. URL: <https://doi.org/10.11603/2411-1597.2015.4.6090> (дата звернення: 05.03.2025).

Кузнецова М. Зв'язок перфекціонізму і оптимізму у студентів з різним рівнем академічної успішності. *Psychological journal*. 2017. Т. 9, № 5. С. 102–116. URL: <https://doi.org/10.31108/1.2017.5.9.9> (дата звернення: 14.12.2024).

Ляшенко Б., Беляєва Н. Особливості впливу академічної саморегуляція на розвиток когнітивних навичок у здобувачів вищої освіти. *Наукові перспективи*. 2024. № 6(48). С. 921–930. URL: [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2024-6\(48\)-921-930](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2024-6(48)-921-930) (дата звернення: 14.12.2024).

Малихіна О. А. Психологічні умови формування самоповаги у студентів вищих навчальних закладів : дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.07. Київ, 2021. 292 с.

Марченко Є. О. Самооцінка як складова контролю навичок та вмінь студентів : thesis. 2015. URL: <http://essuir.sumdu.edu.ua/handle/123456789/40190> (дата звернення: 14.12.2024).

Михайлишин У. Б., Шмідзен І. Ю., Малета А. І. Самооцінка у формуванні статусу підлітків у групі. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2023. № 3. С. 121–125. URL: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2023.3.24> (дата звернення: 05.03.2025).

Олефір В., Котенко С. Медіаторна роль психологічного капіталу у взаємозв'язку між вимогами навчання та емоційним вигоранням у студентів. *Science and Education*.

2024. № 3. С. 97–105. URL: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2024-3-14> (дата звернення: 05.03.2025).

Павлюк Т. О., Михальчук Р. Ю. Залежність успішності від психологічних параметрів особистості. *Higher education reforms in ukraine: challenges, status, and prospects*. 2023. С. 377–409. URL: <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-360-6-16> (дата звернення: 14.12.2024).

Папітченко Л. Теоретичний аналіз проблеми значущості самооцінки в структурі гідності особистості. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. 2020. С. 79–89. URL: [https://doi.org/10.31392/npu-nc.series12.2020.12\(57\).07](https://doi.org/10.31392/npu-nc.series12.2020.12(57).07) (дата звернення: 05.03.2025).

Паржницький В., Гречановська О., Пономаревський С. Вплив психологічного комфорту на академічні досягнення здобувачів освіти під час онлайн-навчання. *Перспективи та інновації науки*. 2024. № 3(37). С. 936–953. URL: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-3\(37\)-936-953](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-3(37)-936-953) (дата звернення: 14.12.2024).

Прохоренко Я. С. Мотивація досягнення як фактор успішності в навчальній діяльності студентів : thesis. 2020. URL: <http://er.nau.edu.ua/handle/NAU/43265> (дата звернення: 14.12.2024).

Прядко Б. В. Емпіричне дослідження впливу самооцінки особистості студента університету на мотивацію досягнення успіху. *International science journal of education & linguistics*. 2024. Т. 3, № 4. С. 7–12. URL: <https://doi.org/10.46299/j.isjel.20240304.02> (дата звернення: 14.12.2024).

Пухно С. В. Самооцінка студентів закладів вищої освіти як чинник успішності навчання. *Sloboda scientific journal. psychology*. 2023. № 2. С. 35–39. URL: <https://doi.org/10.32782/psyspu/2023.2.6> (дата звернення: 14.12.2024).

Саврасов М. В., Шайда О. Г., Гришко О. Д. Психологічна характеристика креативності та метакреативності у структурі академічної успішності студента-психолога на третьому році навчання. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2024. № 3. С. 64–68. URL: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2024.3.12> (дата звернення: 05.03.2025).

- Сидоренко Ю. В. Формування в учнів початкової школи самооцінки засобами формувального оцінювання. *New impetus for the advancement of pedagogical and psychological sciences in Ukraine and EU countries: research matters*. 2021. С. 168–184. URL: <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-032-2-35> (дата звернення: 05.03.2025).
- Староста В.І. Самооцінка студентами власної професійної підготовки. *Zbierka vedeckých článkov. Vzdelávanie a spoločnosť VII. Prešovska univerzita v Prešove*. 2022. С. 106-115.
- Стеценко А. Теоретичні підходи до вивчення проблемних психологічних характеристик у розвитку самооцінки у підлітків. *Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти. Серія «Педагогіка. Психологія»*. 2024. № 1. С. 161–170. URL: <https://doi.org/10.32782/academ-ped.psyh-2024-1.24> (дата звернення: 05.03.2025).
- Тіщук О. А., Маєвська О. М., Чернова Т. Ю. Формування мотивації до навчання здобувачів формальної освіти у зво засобами педагогічного коучингу. *Innovate pedagogy*. 2024. № 73. С. 209–214. URL: <https://doi.org/10.32782/2663-6085/2024/73.40> (дата звернення: 14.12.2024).
- Філіпов О. Самооцінка і порівняння себе з іншими. *Grail of science*. 2023. № 30. С. 342–344. URL: <https://doi.org/10.36074/grail-of-science.04.08.2023.056> (дата звернення: 05.03.2025).
- Чабан Г. М., Гуртовенко Н. В. Особливості самооцінки студентської молоді. *Габітус*. 2023. № 54. С. 184–188. URL: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.54.35> (дата звернення: 05.03.2025).
- Шиделко А., Лялюк Г. Емоційний інтелект й академічна успішність учнів: теорія та практика. *Наукові перспективи*. 2025. № 1(55). С. 2005–2017. URL: [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-1\(55\)-2005-2017](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-1(55)-2005-2017) (дата звернення: 05.03.2025).
- Щербакова О. О. Потенціал життєвого успіху академічно здібного учня основної школи: обґрунтування психологічного феномену. *Theory and practice of modern*

psychology. 2020. Т. 2, № 1. С. 181–188. URL: <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2020.1-2.33> (дата звернення: 05.03.2025).

Язева Х. В. Психологічні критерії академічної успішності студентів. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2022. Т. 6. С. 210–213. URL: <https://doi.org/10.31812/psychology.v6i.7341> (дата звернення: 14.12.2024).

Якимчук І. Специфіка уявлень здобувачів вищої освіти про успішність навчання. *Вісник Національного університету оборони України*. 2023. Т. 2, № 72. С. 161–166. URL: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-72-2-161-166> (дата звернення: 05.03.2025).

Abuzar M., Purwandari E. Self-Esteem matters: examining its impact on academic achievement in the context of gender and age diversity in higher education. *Indonesian journal of social research (IJSR)*. 2024. Vol. 6, no. 2. P. 156. URL: <https://doi.org/10.30997/ijsr.v6i2.473> (date of access: 14.12.2024).

Achievement emotions predict transfer student academic success / K. N. Turnquest et al. *Social Psychology of Education*. 2024. No. 27. P. 1481–1508. URL: <https://doi.org/10.1007/s11218-023-09858-z> (date of access: 05.03.2025).

Acosta-Gonzaga E. The Effects of Self-Esteem and Academic Engagement on University Students' Performance. *Behavioral Sciences*. 2023. Vol. 13, no. 4. P. 1–12. URL: <https://doi.org/10.3390/bs13040348> (date of access: 05.03.2025).

Aryana M. Relationship Between Self-esteem and Academic Achievement Amongst Pre-University Students. *Journal of Applied Sciences*. 2010. Vol. 10, no. 20. P. 2474–2477. URL: <https://doi.org/10.3923/jas.2010.2474.2477> (date of access: 05.03.2025).

A Study of the Relationship Between Self-Esteem and Academic Performance in Students / R. Jabbarov et al. *Library Progress International*. 2024. Vol. 44, no. 3. P. 7164–7173. URL: <https://doi.org/10.48165/bapas.2024.44.2.1> (date of access: 05.03.2025).

De Prada E., Mareque M., Pino-Juste M. Self-Esteem among University Students: How It Can Be Improved through Teamwork Skills. *Education Sciences*. 2024. Vol. 14, no. 1. P. 108. URL: <https://doi.org/10.3390/educsci14010108> (date of access: 14.12.2024).

D'Mello L., Monteiro M., Pinto N. A Study on the Self Esteem and Academic Performance among the Students. *International Journal of Health Sciences and Pharmacy*. 2018.

P. 1–7. URL: <https://doi.org/10.47992/ijhsp.2581.6411.0021> (date of access: 14.12.2024).

Emotional intelligence impact on academic achievement and psychological well-being among university students: the mediating role of positive psychological characteristics / Y. Shengyao et al. *BMC Psychology*. 2024. Vol. 12, no. 1. P. 1–17. URL: <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01886-4> (date of access: 05.03.2025).

Hinduja P., Fakir Mohammad R., Siddiqui S. Factors Influencing Students' Academic Self-Efficacy in Related Domains. *Sage Open*. 2024. Vol. 14, no. 4. URL: <https://doi.org/10.1177/21582440241289738> (date of access: 14.12.2024).

Luo Y., Gao W., Liu X. Longitudinal relationship between self-esteem and academic self-efficacy among college students in china: evidence from a cross-lagged model. *Frontiers in Psychology*. 2022. Vol. 13. P. 1–8. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.877343> (date of access: 05.03.2025).

Mihaela P. L. Psychological factors of academic success. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 2015. Vol. 180. P. 1632–1637. URL: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.02.318> (date of access: 05.03.2025).

Relationship between academic procrastination, self-esteem, and moral intelligence among medical sciences students: a cross-sectional study / S. Ghasempour et al. *BMC psychology*. 2024. Vol. 12, no. 1. URL: <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01731-8> (date of access: 14.12.2024).

Rožman M., Vrečko I., Tominc P. Psychological Factors Impacting Academic Performance Among Business Studies' Students. *Education Sciences*. 2025. Vol. 15, no. 2. P. 1–24. URL: <https://doi.org/10.3390/educsci15020121> (date of access: 05.03.2025).

Subon F., Unin N., Sulaiman N. H. B. Self-Esteem and Academic Achievement: The Relationship and Gender Differences of Malaysian University Undergraduates. *IAFOR Journal of Psychology & the Behavioral Sciences*. 2020. Vol. 6, no. 1. P. 43–54. URL: <https://doi.org/10.22492/ijpbs.6.1.03> (date of access: 05.03.2025).

The role of Big Five traits and self-esteem on academic procrastination in Honduran and Spanish university students: a cross-cultural study / S. Hidalgo-Fuentes et al. *Heliyon*.

2024. P. e36172. URL: <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e36172> (date of access: 14.12.2024).

Ullah H., Shahzada G., Khan H. N. Does academic motivation contribute to the self-esteem of students at the graduate level? A case study of universities in the southern districts of Khyber Pakhtunkhwa, Pakistan. *Frontiers in Education*. 2024. Vol. 9. URL: <https://doi.org/10.3389/feduc.2024.1337123> (date of access: 14.12.2024).

ДОДАТКИ

Додаток А

Методика «Особистісний диференціал» (адаптована в НДІ ім. В.М. Бехтерева)

(підлітковий, юнацький вік)

Мета: визначення емоційно-оцінних ставлень людини до себе, її самооцінки.

Необхідний матеріал: бланк ОД з протилежними рисами особистості

Інструкція: «Перед вами 21 пара прикметників, які характеризують особистість. Будь ласка, оцініть наскільки вираженими є ці ознаки у Вас та обведіть на бланку цифру, що відображає вашу оцінку її вираженості відповідно до шкали:

Бланк ОД

О	привабливий	+3 2 1 0 1 2 3-	непривабливий
С	слабкий	-3 2 1 0 1 2 3+	сильний
А	балакучий	+3 2 1 0 1 2 3-	мовчазний
О	безвілповітальний	-3 2 1 0 1 2 3+	сумлінний
С	впертий	+3 2 1 0 1 2 3-	поступливий
А	замкнутий	-3 2 1 0 1 2 3+	відвертий
О	добрий	+3 2 1 0 1 2 3-	егоїстичний
С	залежний	-3 2 1 0 1 2 3+	незалежний
А	активний	+3 2 1 0 1 2 3-	пасивний
О	байдужий	-3 2 1 0 1 2 3+	чуйний
С	рішучий	+3 2 1 0 1 2 3-	нерішучий
А	млявий	-3 2 1 0 1 2 3+	енергійний
О	справедливий	+3 2 1 0 1 2 3-	несправедливий
С	розслаблений	-3 2 1 0 1 2 3+	напружений
А	метушливий	+3 2 1 0 1 2 3-	спокійний
О	ворожий	-3 2 1 0 1 2 3+	дружелюбний
С	впевнений	+3 2 1 0 1 2 3-	непевний
А	мовчазний	-3 2 1 0 1 2 3+	комунікабельний
О	чесний	+3 2 1 0 1 2 3-	неширий
С	несамостійний	-3 2 1 0 1 2 3+	самостійний
А	дратівливий	+3 2 1 0 1 2 3-	незворушливий

Методика «Дослідження самоповаги»

Мета: визначення рівня самоповаги особистості.

Необхідний матеріал: аркуш паперу для записів, ручка або олівець.

Інструкція: «На запропоновані Вам судження потрібно вибрати відповідь наступним чином: повністю погоджуюся, погоджуюся, не погоджуюся, абсолютно не погоджуюся».

Судження

1. Я почуваю себе гідною людиною не менше, ніж інші.
2. Я завжди схильний відчувати себе невдахою.
3. Мені здається, що у мене є низка позитивних якостей.
4. Я здатен дещо робити не гірше, ніж більшість.
5. Мені здається, що мені особисто немає чим пишатися.
6. Я до себе добре ставлюся.
7. У цілому я задоволений собою.
8. Мені хотілося б більше поважати себе.
9. Іноді я ясно відчуваю свою нікчемність.
10. Іноді я думаю, що в усьому поганий.

Обробка та аналіз результатів:

Код опитувальника: прямі запитання - 1,3,4,6,7. зворотні запитання - 2, 5, 8,9, 10.

Максимально можлива сума - 40 балів, мінімально можлива сума - 10 балів

Відповіді	Прямі судження (бали)	Зворотні судження (бали)
Повністю погоджуюся	4	1
Погоджуюся	3	2
Не погоджуюся	2	3
Абсолютно не	1	4

10-19 балів - низький рівень самоповаги;

20-29 балів - середній рівень самоповаги;

30-40 балів - високий рівень самоповаги.

Методика «Рівень впевненості в собі» (Ф. Зімбардо)
(старший підлітковий та юнацький вік)

Мета: визначення рівня впевненості в собі.

Необхідний матеріал: аркуш паперу для записів, ручка або олівець.

Хід проведення:

Методика включає 30 тверджень. Потрібно відзначити ті з них, з якими респондент згоден.

Перелік тверджень:

1. Більшість людей, мабуть, наполегливіші, ніж я.
2. Я не наважуюся призначати побачення і приймати запрошення на побачення із-за своєї соромливості.
3. Якщо в їдальні подадуть несвіжу їду, я скаржитимуся адміністрації.
4. Я уникаю зачіпати почуття інших людей, навіть якщо мене образили.
5. Якщо продавцеві коштувало великих зусиль показати мені товар, який не зовсім мені личить, мені важко сказати йому «ні».
6. Коли від мене вимагають що-небудь зробити, а я не розумію, навіщо це треба, то прошу, аби мені пояснили це.
7. У спорах я прагну знайти такі аргументи, аби остаточно і безповоротно переконати оточуючих в своїй правоті.
8. Я прагну вирватися вперед, як і більшість людей.
9. Чесно кажучи, люди часто використовують мене в своїх інтересах.
10. Я отримую задоволення, зав'язуючи розмову з новими людьми.
11. Я часто не знаю, що сказати людям іншого кола, які здаються мені привабливими.
12. Думаю, що пройти співбесіду при влаштуванні на роботу мені виявиться куди складніше, ніж зібрати необхідні документи.
13. Я переживаю нерішучість, коли треба зателефонувати малознайомій людині.

14.Я соромлюся повернути покупку в магазин, навіть якщо виявляю, що вона неякісна.

15.Якщо родич або близький друг дратує мене, я швидше приховую свої відчуття, чим проявлю незадоволеність.

16.Буває, що я уникаю ставити питання через страх здатися безглуздим.

17.У сварці я інколи боюся, що хвилюватимуся і мене почне трясти.

18.Якщо хто-небудь висловлює точку зору, яку я вважаю невірною, я не соромлюся висловити і свою точку зору.

19.Роблячи покупки на ринку, я уникаю сперечатися з продавцями про ціну.

20.Коли я роблю що-небудь важливе, я стараюся, аби про це дізналися інші.

21.Я відвертий і щирий у вираженні своїх почуттів.

22.Якщо хтось розповсюджує про мене плітки, я прагну при першій же нагоді поговорити з ним про це.

23.Частенько мені важко сказати «ні».

24.При необхідності я умію узяти під контроль навіть сильні свої емоції.

25.Якщо мене де-небудь погано обслужили, я не соромлюся поскаржитися адміністрації.

26.Коли мені роблять комплімент, я часто не знаю, що сказати у відповідь.

27.Якщо в театрі або на заняттях сусіди заважають мені розмовами, я прошу їх говорити тихше або розмовляти де-небудь у іншому місці.

28.Той, хто намагається пролізти в черги попереду мене, може бути впевнений, що отримає від мене відсіч.

29.Я швидко і рішуче висловлюю свою думку.

30.Бувають випадки, коли я розгублений настільки, що просто не можу нічого сказати.

Обробка та аналіз результатів:

Виставляється по одному балу за твердження 3, 6, 7, 8,10, 18, 20, 21, 22, 24, 25, 27, 28, 29 при відповідях «так». Виставляється також по одному балу за твердження 1, 2,4, 5, 9, 11,12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 23, 26, 30 при відповідях «ні». Підраховується загальна сума балів.

Менше 11 балів. Така людина соромлива і недостатньо упевнена в собі. Їй важко висловити свої почуття і бажання, і тому інші можуть нав'язати їй своє суспільство, відтіснити при здобутті, наприклад, яких-небудь благ, часом навіть не помічаючи цього, ущемити в чомусь її права. В той же час цій людині можуть бути властиві спалахи агресивної поведінки по відношенню до тих, хто від неї залежний.

11-21 балів. Цим людям властива середня міра впевненості в собі. Вони можуть дати відсіч тим, хто намагається ущемити їх інтереси або не дотримує зобов'язання, але для цього їм все ж треба відчувати себе декілька «заведеними». Інакше вони вважають за краще терпіти і мовчки злитися, уникаючи вступу до конфлікту. За бажання вони легко можуть навчитися і поводитися відповідно до манер вихованої людини, і жорстко досягати своїх цілей в спілкуванні з оточуючими.

Більше 21 балів. У таких людей високий рівень впевненості в собі. Для них характерні спокій, вміння володіти собою в різних ситуаціях, вміння виражати свої відчуття і бажання, не ображаючи оточуючих і не вступаючи з ними в конфлікти. Вони відстоюють свої права, відновлюючи їх у разі потреби не вибухами неконтрольованої агресії, не скаргами і проханнями, а, як правило, рішучими і в той же час коректними, прийнятними в суспільстві способами.

Результати кореляції за критерієм Спірмена між емоційним та когнітивним
компонентами самооцінки юнацької молоді

N	Значення А	Ранг А	Значення В	Ранг В	d (ранг А - ранг В)	d ²
1	2	31.5	3	46	-14.5	210.25
2	3	46	2	24.5	21.5	462.25
3	3	46	3	46	0	0
4	2	31.5	2	24.5	7	49
5	2	31.5	2	24.5	7	49
6	2	31.5	2	24.5	7	49
7	3	46	2	24.5	21.5	462.25
8	2	31.5	2	24.5	7	49
9	3	46	2	24.5	21.5	462.25
10	1	11	2	24.5	-13.5	182.25
11	3	46	2	24.5	21.5	462.25
12	2	31.5	2	24.5	7	49
13	1	11	2	24.5	-13.5	182.25
14	2	31.5	2	24.5	7	49
15	2	31.5	3	46	-14.5	210.25
16	3	46	2	24.5	21.5	462.25
17	2	31.5	3	46	-14.5	210.25
18	2	31.5	2	24.5	7	49
19	2	31.5	2	24.5	7	49

20	1	11	2	24.5	-13.5	182.25
21	1	11	3	46	-35	1225
22	2	31.5	2	24.5	7	49
23	2	31.5	3	46	-14.5	210.25
24	1	11	3	46	-35	1225
25	3	46	3	46	0	0
26	3	46	2	24.5	21.5	462.25
27	2	31.5	1	4	27.5	756.25
28	3	46	2	24.5	21.5	462.25
29	2	31.5	2	24.5	7	49
30	1	11	2	24.5	-13.5	182.25
31	2	31.5	2	24.5	7	49
32	2	31.5	1	4	27.5	756.25
33	1	11	1	4	7	49
34	1	11	2	24.5	-13.5	182.25
35	1	11	2	24.5	-13.5	182.25
36	1	11	1	4	7	49
37	1	11	3	46	-35	1225
38	1	11	2	24.5	-13.5	182.25
39	1	11	2	24.5	-13.5	182.25
40	2	31.5	2	24.5	7	49
41	1	11	2	24.5	-13.5	182.25
42	2	31.5	1	4	27.5	756.25
43	1	11	2	24.5	-13.5	182.25

44	1	11	1	4	7	49
45	1	11	2	24.5	-13.5	182.25
46	1	11	2	24.5	-13.5	182.25
47	1	11	2	24.5	-13.5	182.25
48	1	11	2	24.5	-13.5	182.25
49	1	11	1	4	7	49
50	2	31.5	2	24.5	7	49
Суми		1275		1275	0	13405

Результат: $r_s = 0.356$

Критичне значення для $N = 50$

N	p	
	0.05	0.01
50	0.27	0.35

Відповідь: H_0 відхиляється. Кореляція між А і В статистично значуща.

Результати кореляції за критерієм Спірмена між когнітивним та поведінковим
компонентами самооцінки юнацької молоді

N	Значення А	Ранг А	Значення В	Ранг В	d (ранг А - ранг В)	d ²
1	3	46	3	49	-3	9
2	2	24.5	2	32	-7.5	56.25
3	3	46	2	32	14	196
4	2	24.5	3	49	-24.5	600.25
5	2	24.5	2	32	-7.5	56.25
6	2	24.5	3	49	-24.5	600.25
7	2	24.5	2	32	-7.5	56.25
8	2	24.5	2	32	-7.5	56.25
9	2	24.5	1	8.5	16	256
10	2	24.5	2	32	-7.5	56.25
11	2	24.5	2	32	-7.5	56.25
12	2	24.5	2	32	-7.5	56.25
13	2	24.5	2	32	-7.5	56.25
14	2	24.5	2	32	-7.5	56.25
15	3	46	1	8.5	37.5	1406.25
16	2	24.5	2	32	-7.5	56.25
17	3	46	1	8.5	37.5	1406.25
18	2	24.5	2	32	-7.5	56.25
19	2	24.5	2	32	-7.5	56.25
20	2	24.5	2	32	-7.5	56.25

21	3	46	2	32	14	196
22	2	24.5	2	32	-7.5	56.25
23	3	46	2	32	14	196
24	3	46	2	32	14	196
25	3	46	1	8.5	37.5	1406.25
26	2	24.5	1	8.5	16	256
27	1	4	2	32	-28	784
28	2	24.5	2	32	-7.5	56.25
29	2	24.5	2	32	-7.5	56.25
30	2	24.5	2	32	-7.5	56.25
31	2	24.5	1	8.5	16	256
32	1	4	2	32	-28	784
33	1	4	1	8.5	-4.5	20.25
34	2	24.5	1	8.5	16	256
35	2	24.5	1	8.5	16	256
36	1	4	1	8.5	-4.5	20.25
37	3	46	1	8.5	37.5	1406.25
38	2	24.5	2	32	-7.5	56.25
39	2	24.5	2	32	-7.5	56.25
40	2	24.5	1	8.5	16	256
41	2	24.5	2	32	-7.5	56.25
42	1	4	1	8.5	-4.5	20.25
43	2	24.5	1	8.5	16	256
44	1	4	2	32	-28	784

45	2	24.5	2	32	-7.5	56.25
46	2	24.5	2	32	-7.5	56.25
47	2	24.5	2	32	-7.5	56.25
48	2	24.5	1	8.5	16	256
49	1	4	2	32	-28	784
50	2	24.5	1	8.5	16	256
Суми		1275		1275	0	14413

Результат: $r_s = 0.308$

Критичні значення для $N = 50$

N	p	
	0.05	0.01
50	0.27	0.35

Відповідь: H_0 відхиляється. Кореляція між А і В статистично значуща.

Результати кореляції за критерієм Спірмена між поведінковим та емоційним
компонентами самооцінки юнацької молоді

N	Значення А	Ранг А	Значення В	Ранг В	d (ранг А - ранг В)	d ²
1	3	49	2	31	18	324
2	2	32	3	46.5	-14.5	210.25
3	2	32	3	46.5	-14.5	210.25
4	3	49	2	31	18	324
5	2	32	2	31	1	1
6	3	49	2	31	18	324
7	2	32	3	46.5	-14.5	210.25
8	2	32	2	31	1	1
9	1	8.5	2	31	-22.5	506.25
10	2	32	1	10	22	484
11	2	32	3	46.5	-14.5	210.25
12	2	32	2	31	1	1
13	2	32	1	10	22	484
14	2	32	2	31	1	1
15	1	8.5	2	31	-22.5	506.25
16	2	32	3	46.5	-14.5	210.25
17	1	8.5	2	31	-22.5	506.25
18	2	32	2	31	1	1
19	2	32	2	31	1	1
20	2	32	1	10	22	484

21	2	32	2	31	1	1
22	2	32	2	31	1	1
23	2	32	2	31	1	1
24	2	32	1	10	22	484
25	1	8.5	3	46.5	-38	1444
26	1	8.5	3	46.5	-38	1444
27	2	32	2	31	1	1
28	2	32	3	46.5	-14.5	210.25
29	2	32	2	31	1	1
30	2	32	2	31	1	1
31	1	8.5	2	31	-22.5	506.25
32	2	32	2	31	1	1
33	1	8.5	1	10	-1.5	2.25
34	1	8.5	1	10	-1.5	2.25
35	1	8.5	1	10	-1.5	2.25
36	1	8.5	1	10	-1.5	2.25
37	1	8.5	1	10	-1.5	2.25
38	2	32	1	10	22	484
39	2	32	1	10	22	484
40	1	8.5	2	31	-22.5	506.25
41	2	32	1	10	22	484
42	1	8.5	2	31	-22.5	506.25
43	1	8.5	1	10	-1.5	2.25
44	2	32	1	10	22	484

45	2	32	1	10	22	484
46	2	32	1	10	22	484
47	2	32	1	10	22	484
48	1	8.5	1	10	-1.5	2.25
49	2	32	1	10	22	484
50	1	8.5	2	31	-22.5	506.25
Суми		1275		1275	0	14502

Результат: $r_s = 0.304$

Критичні значення для $N = 50$

N	p	
	0.05	0.01
50	0.27	0.35

Відповідь: H_0 відхиляється. Кореляція між А і В статистично значуща.

Результати кореляції за критерієм Спірмена між рівнем академічної успішності
та самооцінкою юнацької молоді

N	Значення А	Ранг А	Значення В	Ранг В	d (ранг А - ранг В)	d ²
1	3	44	3	49	-5	25
2	3	44	3	49	-5	25
3	3	44	3	49	-5	25
4	3	44	2	34.5	9.5	90.25
5	2	21	2	34.5	-13.5	182.25
6	3	44	2	34.5	9.5	90.25
7	3	44	2	34.5	9.5	90.25
8	2	21	2	34.5	-13.5	182.25
9	2	21	2	34.5	-13.5	182.25
10	2	21	2	34.5	-13.5	182.25
11	3	44	2	34.5	9.5	90.25
12	3	44	2	34.5	9.5	90.25
13	2	21	2	34.5	-13.5	182.25
14	2	21	2	34.5	-13.5	182.25
15	2	21	2	34.5	-13.5	182.25
16	3	44	2	34.5	9.5	90.25
17	2	21	2	34.5	-13.5	182.25
18	2	21	2	34.5	-13.5	182.25
19	2	21	2	34.5	-13.5	182.25
20	2	21	2	34.5	-13.5	182.25

21	2	21	2	34.5	-13.5	182.25
22	2	21	2	34.5	-13.5	182.25
23	3	44	2	34.5	9.5	90.25
24	3	44	2	34.5	9.5	90.25
25	3	44	2	34.5	9.5	90.25
26	2	21	2	34.5	-13.5	182.25
27	2	21	2	34.5	-13.5	182.25
28	3	44	2	34.5	9.5	90.25
29	2	21	2	34.5	-13.5	182.25
30	2	21	1	11	10	100
31	2	21	1	11	10	100
32	2	21	1	11	10	100
33	1	2.5	1	11	-8.5	72.25
34	2	21	1	11	10	100
35	2	21	1	11	10	100
36	1	2.5	1	11	-8.5	72.25
37	2	21	1	11	10	100
38	2	21	1	11	10	100
39	2	21	1	11	10	100
40	2	21	1	11	10	100
41	2	21	1	11	10	100
42	2	21	1	11	10	100
43	2	21	1	11	10	100
44	2	21	1	11	10	100

45	2	21	1	11	10	100
46	2	21	1	11	10	100
47	2	21	1	11	10	100
48	1	2.5	1	11	-8.5	72.25
49	1	2.5	1	11	-8.5	72.25
50	2	21	1	11	10	100
Суми		1275		1275	0	5882.5

Результат: $r_s = 0.718$

Критичне значення для $N = 50$

N	p	
	0.05	0.01
50	0.27	0.35

Відповідь: H_0 відхиляється. Кореляція між А і В статистично значуща.

Резюме

Назва кваліфікаційної роботи:

Самооцінка як фактор академічної успішності студентської молоді

Мета дослідження:

Теоретично обґрунтувати та експериментально дослідити самооцінку як фактор академічної успішності студентської молоді.

Завдання дослідження:

- здійснити теоретичний аналіз проблеми самооцінки та академічної успішності;
- провести емпіричне дослідження рівня самооцінки та її зв'язку з академічною успішністю студентів;
- інтерпретувати результати дослідження;
- розробити практичні рекомендації щодо підвищення академічної успішності студентів шляхом оптимізації їхньої самооцінки.

Об'єкт дослідження:

Самооцінка студентської молоді.

Предмет дослідження:

Самооцінка як фактор академічної успішності студентської молоді.

Методи дослідження: теоретичні методи: аналіз, систематизація, класифікація, конкретизація, порівняння та узагальнення теоретичних і емпіричних даних вітчизняних і зарубіжних досліджень.

емпіричні методи: констатувальний експеримент, методи опитування (тестування);

Основні результати:

У процесі дослідження виявлено статистично значущі кореляційні зв'язки між рівнем самооцінки студентів та їхньою академічною успішністю. Показано, що висока самооцінка позитивно впливає на навчальну мотивацію, впевненість у собі, здатність до саморегуляції та адаптацію в освітньому середовищі.

Запропоновано практичні рекомендації щодо підвищення рівня академічної успішності шляхом розвитку адекватної самооцінки.

Висновки:

Робота підтверджує, що самооцінка є значущим психологічним чинником, який визначає рівень академічної успішності студентів. Її розвиток є важливою умовою ефективного навчання та особистісного зростання здобувачів вищої освіти.

Ключові слова:

самооцінка, академічна успішність, студенти, психологічне дослідження, мотивація, впевненість у собі, особистісний розвиток.

Summary

Title of the Qualification Paper:

Self-Esteem as a Factor of Academic Performance in Student Youth

Purpose of the Study:

To theoretically substantiate and experimentally investigate self-esteem as a factor influencing academic performance among student youth.

Research Objectives:

- To conduct a theoretical analysis of the issue of self-esteem and academic performance;
- To carry out an empirical study of the level of self-esteem and its relationship with students' academic performance;
- To interpret the research findings;
- To develop practical recommendations for improving academic performance through the optimization of students' self-esteem.

Object of the Study:

Self-esteem in student youth.

Subject of the Study:

Self-esteem as a factor influencing academic performance in student youth.

Research Methods:

Theoretical methods: analysis, systematization, classification, concretization, comparison, and generalization of theoretical and empirical data from domestic and international studies.

Empirical methods: ascertainment experiment, and survey methods (testing).

Main Results:

The study revealed statistically significant correlations between students' self-esteem levels and their academic performance. It was demonstrated that high self-esteem positively affects learning motivation, self-confidence, self-regulation abilities, and adaptation to the educational environment. Practical recommendations were proposed to enhance academic performance by developing adequate self-esteem.

Conclusions:

The research confirms that self-esteem is a significant psychological factor that determines the level of academic performance among students. Its development is a crucial condition for effective learning and personal growth in higher education.

Keywords:

self-esteem, academic performance, students, psychological research, motivation, self-confidence, personal development.