

УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ АЛЬФРЕДА НОБЕЛЯ

КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ ТА ПЕДАГОГІКИ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА

на тему

*“Взаємозв'язок між самооцінкою та
сприйняттям соціальної підтримки у процесі
соціалізації особистості в юнацькому віці ”*

Виконав: здобувач 4 курсу,
групи ПС-22-1
Спеціальності 053 «Психологія»
Валяєва А.О.
Керівник: Юдіна А.В.,
канд. психол. наук

м. Дніпро

2026

АНОТАЦІЯ
кваліфікаційної роботи
на тему:
«Взаємозв'язок між самооцінкою та сприйняттям соціальної підтримки у
процесі соціалізації особистості в юнацькому віці»

Кваліфікаційна робота здобувача 4-го курсу спеціальності «Психологія» (освітній ступінь бакалавр, Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро, кафедра психології та педагогіки) присвячена проблемі теоретичного обґрунтування та емпіричного дослідження взаємозв'язку самооцінки та сприйняття соціальної підтримки у процесі соціалізації особистості в юнацькому віці.

Особистість у юнацькому віці зазнає впливу численних внутрішніх і зовнішніх чинників, що визначають специфіку її соціалізації, формування самосвідомості та становлення системи міжособистісних відносин. Самооцінка як важливий компонент самосвідомості формується у взаємодії із соціальним середовищем та значною мірою залежить від характеру сприйняття соціальної підтримки.

Обґрунтовано, що процес соціалізації у юнацькому віці пов'язаний із ускладненням системи соціальних зв'язків, зростанням значущості міжособистісної взаємодії та переосмисленням власного «Я». У цей період відбувається активне формування самооцінки, яка виконує регулятивну функцію у поведінці особистості та визначає рівень її соціальної адаптації.

З'ясовано, що сприйняття соціальної підтримки виступає важливим ресурсом, який забезпечує відчуття прийняття, емоційної стабільності та впевненості у власних можливостях. Водночас характер самооцінки визначає особливості інтерпретації соціальної взаємодії та впливає на рівень соціальної активності особистості.

Акцентовується, що у юнацькому віці самооцінка має динамічний характер і формується під впливом як індивідуально-психологічних, так і соціальних чинників. Сприйняття підтримки з боку значущого оточення сприяє стабілізації самоставлення та зниженню рівня внутрішньої напруги.

За результатами експериментального дослідження встановлено, що у більшості респондентів переважає середній рівень самооцінки, що свідчить про відносну збалансованість самоставлення. Виявлено варіативність показників сприйняття соціальної підтримки, що відображає індивідуальні особливості соціальних зв'язків.

Обґрунтовано, що у вибірці домінує середній рівень самооцінки (50%), тоді як низький і високий рівні представлені однаковою мірою по 25%, що відображає відносну стабілізацію самосвідомості у юнацькому віці при збереженні індивідуальної варіативності її проявів.

Визначено наявність статистично значущого помірного позитивного зв'язку між самооцінкою та сприйняттям соціальної підтримки, що вказує на їх взаємозумовлений характер. Водночас встановлено, що соціальна підтримка не є єдиним чинником формування самооцінки, що підтверджує поліфакторну природу цього процесу.

Практична значущість полягає у можливості використання отриманих результатів у діяльності соціальних працівників, практичних психологів, а також у процесі організації психолого-педагогічного супроводу молоді.

Ключові слова: самооцінка, соціальна підтримка, соціалізація, юнацький вік, особистість, самосвідомість.

SUMMARY
of the qualification work
on the topic:
“The Relationship between Self-Esteem and the Perception of Social Support
in the Process of Personality Socialization during Adolescence”

The qualification work of a 4th-year student majoring in “Psychology” (Bachelor’s degree, Alfred Nobel University, Dnipro, Department of Psychology and Pedagogy) is devoted to the problem of theoretical substantiation and empirical study of the relationship between self-esteem and perceived social support in the process of personality socialization in adolescence.

Adolescence is characterized by significant transformations in the structure of self-consciousness, the formation of self-concept, and the intensification of social interactions, which determines the increased importance of self-esteem as a regulator of behavior and social functioning. Self-esteem develops under the influence of both internal and external factors and is closely related to the individual’s perception of social support.

It has been substantiated that the process of socialization in adolescence is associated with the complication of social relationships, the growing importance of interpersonal interaction, and the rethinking of one’s own “self”. During this period, self-esteem actively develops and performs a regulatory function, influencing the level of social adaptation of the individual.

It has been determined that perceived social support acts as an important psychological resource that ensures a sense of acceptance, emotional stability, and confidence in one’s own abilities. At the same time, the level of self-esteem affects the interpretation of social interactions and determines the individual’s level of social activity.

It has been emphasized that self-esteem in adolescence is dynamic in nature and is formed under the influence of both individual-psychological and social factors. Support from significant others contributes to the stabilization of self-attitude and reduces internal tension.

According to the results of the empirical study, it has been substantiated that a medium level of self-esteem predominates in the sample (50%), while low and high levels are represented equally 25% each, reflecting a relative balance of self-attitude among respondents.

A statistically significant moderate positive correlation between self-esteem and perceived social support has been identified, indicating their interdependent nature. At the same time, it has been established that social support is not the only factor influencing the formation of self-esteem, which confirms the multifactorial nature of this process.

The practical significance of the study lies in the possibility of applying the obtained results in the professional activities of social workers, practical psychologists, and in the organization of psychological and pedagogical support for youth.

Keywords: *self-esteem, perceived social support, socialization, adolescence, personality, self-consciousness.*

ЗМІСТ

ВСТУП	з	РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ	
САМООЦІНКИ ОСОБИСТОСТІ У ПСИХОЛОГІЧНІЙ ЛІТЕРАТУРІ			81.1.
Вивчення самооцінки як психологічного феномену у сучасних наукових дослідженнях		81.2. Розгляд структури, функцій та механізмів формування самооцінки особистості	113
1.3. Аналіз психологічних особливостей формування самооцінки у юнацькому віці		116	Висновки до розділу 1
			19
РОЗДІЛ 2.		ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ СОЦІАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ ТА СПРИЙНЯТТЯ СОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ	
2.1. Теоретичний аналіз соціалізації особистості як предмет психологічного дослідження		222	2.2. Вивчення психологічних особливостей соціалізації у період юнацького віку
		225	2.3. Сприйняття соціальної підтримки як психологічний феномен
		282	2.4. Вивчення значення самооцінки та сприйняття соціальної підтримки у процесі соціалізації особистості в юнацькому віці
		329	Висновки до розділу 2
			332
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ САМООЦІНКИ ТА СПРИЙНЯТТЯ СОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ			334
3.1. Мета, завдання та загальна організація дослідження		334	3.2. Результати вимірювання рівня самооцінки у юнацькому віці
		441	3.3. Результати вимірювання значимого взаємозв'язку самооцінки та сприйняття соціальної підтримки
		446	Висновки до розділу 3
		549	ВИСНОВКИ
		51	СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ
		553	ДОДАТКИ
			60

ВСТУП

Проблематика соціалізації особистості у юнацькому віці набуває особливого значення у зв'язку з трансформаціями соціального середовища, змінами у системі міжособистісних відносин та ускладненням процесів самовизначення молоді. Освітні орієнтири, закріплені у Закон України «Про освіту» та Закон України «Про повну загальну середню освіту», передбачають формування соціально зрілої, відповідальної особистості, здатної до саморегуляції, ефективної взаємодії та усвідомленого вибору життєвих стратегій. У цьому контексті самооцінка та сприйняття соціальної підтримки постають як ключові психологічні чинники, що визначають характер включення особистості у соціальні відносини.

Недостатньо конкретизованим залишається питання того, яким чином рівень самооцінки пов'язаний із суб'єктивним переживанням соціальної підтримки саме у студентській молоді, для якої юнацький вік поєднується з новими академічними, комунікативними та особистісними викликами.

Аналіз наукових джерел засвідчує що проблема самооцінки посідає центральне місце у сучасних психологічних дослідженнях і розглядається у контексті формування «Я-концепції», самоствавлення та особистісного розвитку особистості, що знайшло відображення у працях В. П. Москальця, М. Й. Боришевського, С. Д. Максименка, а також у дослідженнях взаємозв'язку самооцінки з різними аспектами життєдіяльності (А. В. Бахвалова, І. Т. Кагарлицький, А. А. Кріт). Водночас феномен соціальної підтримки інтерпретується як ключовий ресурс соціалізації, що забезпечує психологічну стійкість, адаптацію та суб'єктивне благополуччя особистості, що обґрунтовано у працях Н. Б. Бондаренко, Т. В. Данильченко, Л. А. Найдьоновой. Попри значну кількість досліджень, недостатньо розкритим залишається питання взаємозв'язку самооцінки та сприйняття соціальної підтримки саме у юнацькому віці, який характеризується інтенсивною перебудовою самосвідомості, розвитком рефлексії та ускладненням системи соціальних взаємодій, що висвітлюється у працях П. І. Сахна та Н. М. Теслик.

Практика роботи зі студентською молоддю засвідчує наявність суперечностей між потребою у соціальному прийнятті та нестабільністю самосприйняття, що ускладнює процес соціалізації. Це зумовлює необхідність цілісного дослідження взаємозв'язку внутрішніх та зовнішніх чинників розвитку особистості.

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні та емпіричному дослідженні взаємозв'язку між самооцінкою та сприйняттям соціальної підтримки у процесі соціалізації особистості в юнацькому віці.

Об'єкт дослідження – самооцінка в юнацькому віці.

Предмет дослідження – взаємозв'язок між самооцінкою та сприйняттям соціальної підтримки у процесі соціалізації особистості в юнацькому віці.

Концептуальна гіпотеза дослідження полягає у припущенні, що самооцінка та сприйняття соціальної підтримки виступають взаємопов'язаними психологічними характеристиками.

Емпірична гіпотеза: існує статистично значущий прямий взаємозв'язок між рівнем самооцінки та рівнем сприйняття соціальної підтримки, за якого підвищення самооцінки супроводжується зростанням суб'єктивного відчуття підтримки.

Досягнення мети дослідження передбачало розв'язання таких **завдань:**

- Проаналізувати наукові підходи до розуміння самооцінки як психологічного феномену.
- Розкрити сутність соціалізації особистості у юнацькому віці.
- Визначити психологічні особливості сприйняття соціальної підтримки.
- Провести емпіричне дослідження рівня самооцінки та соціальної підтримки.
- Здійснити кількісний і якісний аналіз отриманих результатів.
- Виявити та інтерпретувати статистичний взаємозв'язок між показниками самооцінки та сприйняття соціальної підтримки..

Емпірична база дослідження представлена вибіркою у кількості 40 осіб юнацького віку – студентів закладів вищої освіти, дослідження проводилося в умовах аудиторної та позааудиторної роботи із використанням онлайн-формату (Google Forms) із забезпеченням добровільності та анонімності участі.

Методи дослідження включають: теоретичні: аналіз, синтез, узагальнення, систематизація наукових джерел; емпіричні: психодіагностичні методики («Особистісний диференціал», тест-опитувальник ставлення до себе В. В. Століна, методика «Q-сортування» В. Стефансона, авторська анкета соціальної підтримки); математико-статистичні: коефіцієнт рангової кореляції Спірмена, кількісний та якісний аналіз результатів.

Теоретико-методологічну основу дослідження становлять положення про структуру та розвиток самосвідомості особистості (В. П. Москалець, М. Й. Боришевський), концепції «Я-концепції» та самоставлення (О. В. Савченко), а також наукові підходи до розуміння соціалізації та ролі соціальної підтримки у розвитку особистості (Н. Б. Бондаренко, Т. В. Данильченко).

Наукова новизна дослідження полягає в уточненні особливостей взаємозв'язку між самооцінкою та сприйняттям соціальної підтримки у юнацькому віці, а також у виявленні характеру цього зв'язку в умовах студентського освітнього середовища.

Теоретична значущість полягає у поглибленні наукових уявлень про взаємодію внутрішніх і зовнішніх чинників розвитку особистості.

Практична значущість полягає у тому, що встановлений взаємозв'язок між самооцінкою та сприйняттям соціальної підтримки дозволяє практичним психологам, викладачам і кураторам студентських груп цілеспрямовано формувати сприятливе соціальне середовище як умову стабілізації самооцінки молоді. Результати можуть бути використані при розробці програм психологічного супроводу студентів, групових тренінгів та індивідуальних консультацій.

Апробація результатів дослідження. Основні положення та результати дослідження були представлені у формі доповіді на науковому семінарі кафедри психології та педагогіки Університету імені Альфреда Нобеля.

Структура роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел і додатків. Основний зміст викладено на 65 сторінках, робота містить 14 таблиць і 3 рисунка.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ САМООЦІНКИ ОСОБИСТОСТІ У ПСИХОЛОГІЧНІЙ ЛІТЕРАТУРІ

1.1. Вивчення самооцінки як психологічного феномену у сучасних наукових дослідженнях

Самооцінка у психологічному дискурсі розглядається як інтегративна характеристика особистості, що відображає систему уявлень індивіда про власні якості, можливості та соціальну значущість, водночас виконуючи функцію регулятора поведінки і діяльності. Її зміст формується у процесі взаємодії когнітивних, емоційних і поведінкових компонентів, які забезпечують не лише оцінювання себе, а й вибудову індивідуальних стратегій самореалізації. Такий підхід узгоджується з працями В. П. Москальця [39] та М. Й. Боришевського [12], у яких самооцінка розглядається у зв'язку з розвитком самосвідомості, саморегуляції та особистісної активності. У цьому контексті самооцінка постає як динамічна система, що змінюється під впливом соціального досвіду, рефлексії та інтеріоризації зовнішніх оцінок. Вона не є ізольованим психічним утворенням, оскільки функціонує у взаємозв'язку з мотиваційною сферою, ціннісними орієнтаціями та рівнем домагань особистості. У сучасних дослідженнях акцент зміщується з описового розуміння самооцінки до аналізу її регулятивної ролі у структурі життєдіяльності суб'єкта, що знаходить відображення у працях А. В. Бахвалової [3]. Це дозволяє розглядати її не лише як результат пізнання себе, але і як механізм організації поведінки у соціальному просторі [40].

У теоретичних підходах до вивчення самооцінки простежується різноманіття інтерпретацій, що зумовлене відмінностями у розумінні природи особистості та механізмів її розвитку. У межах гуманістичної психології самооцінка трактується як центральний компонент самоконцепції, який визначає рівень психологічного благополуччя та ступінь особистісної реалізації. Когнітивні підходи розглядають її як результат переробки інформації про себе, що формується через процеси порівняння, узагальнення та інтерпретації досвіду. Соціально-психологічні

концепції акцентують увагу на ролі соціального середовища, підкреслюючи, що самооцінка виникає у процесі міжособистісної взаємодії та відображає систему соціальних очікувань і норм. Психодинамічні теорії пов'язують її формування з внутрішніми конфліктами та досвідом раннього дитинства, що впливає на стабільність та адекватність оцінювання себе. Кожен із підходів окреслює окремі аспекти феномену, що свідчить про його багатовимірний характер і складність наукового осмислення. У цьому зв'язку С. Д. Максименко [11] та О. Є. Блинова [6] акцентують, що самооцінка формується на перетині внутрішньоособистісних процесів і соціального досвіду, через що її не можна зводити лише до окремого акту самосприйняття.

Структура самооцінки розглядається як ієрархічна система, що включає різні рівні узагальнення та різні сфери життєдіяльності особистості. На базовому рівні вона представлена оцінкою окремих якостей, умінь і досягнень, які мають ситуативний характер і можуть змінюватися залежно від конкретних умов. Вищий рівень характеризується узагальненою оцінкою себе як особистості, що має відносно стабільний характер і впливає на цілісне самосприйняття. У межах цієї структури виділяються когнітивний компонент, що відображає знання про себе, емоційно-ціннісний компонент, який визначає ставлення до власних характеристик, та поведінковий компонент, що проявляється у виборі стратегій дій. Взаємодія цих компонентів забезпечує узгодженість самооцінки і визначає її вплив на поведінку. Розбалансування між ними може призводити до внутрішніх суперечностей, що ускладнюють процес саморегуляції. О. В. Савченко [44] та Р. В. Павелків [44] пов'язують цю узгодженість із розвитком рефлексивних процесів, які забезпечують співвіднесення знань про себе, емоційного ставлення до себе і способів поведінкової реалізації.

Проблема адекватності самооцінки займає центральне місце у сучасних дослідженнях, оскільки саме від співвідношення між реальними характеристиками особистості та її уявленнями про себе залежить ефективність діяльності та якості соціальної взаємодії. Адекватна самооцінка забезпечує реалістичне сприйняття власних можливостей, що сприяє вибору досяжних цілей і оптимальних способів

їх реалізації. Завищена самооцінка може зумовлювати ігнорування обмежень і призводити до неадекватних рішень, тоді як занижена супроводжується зниженням впевненості та униканням складних завдань. У цьому зв'язку самооцінка виконує функцію своєрідного фільтра, через який індивід інтерпретує власний досвід і визначає подальшу поведінку. Вона також впливає на рівень домагань, що визначає ступінь складності завдань, які обирає особистість [10 с. 37]. Дослідження показують, що порушення адекватності самооцінки пов'язане з труднощами соціальної адаптації. Це підтверджується у працях А. В. Бахвалової [3], І. Т. Кагарлицького [25] та А. А. Кріт [30], де простежується зв'язок самооцінки з академічною успішністю, професійною ефективністю та загальною результативністю діяльності.

Формування самооцінки відбувається у процесі соціалізації, де ключову роль відіграє взаємодія з іншими людьми та засвоєння соціальних норм і цінностей. Первинні уявлення про себе формуються у ранньому дитинстві під впливом оцінок значущих дорослих, які виступають джерелом зворотного зв'язку. Надалі ця система ускладнюється за рахунок включення ширшого соціального контексту, зокрема однолітків, освітнього середовища та культурних факторів. Важливим механізмом є соціальне порівняння, через яке індивід співвідносить свої характеристики з характеристиками інших людей. У результаті формується більш диференційоване уявлення про себе, що включає як позитивні, так і негативні аспекти. Соціалізаційні процеси не лише формують зміст самооцінки, але й визначають її стабільність і гнучкість. Це зумовлює необхідність розглядати самооцінку у контексті соціальних впливів [47 с. 90]. У такому ракурсі Н. Б. Бондаренко [8] розглядає соціальну підтримку як базовий ресурс особистісного функціонування, а Т. В. Данильченко [21] пов'язує якість соціального середовища з переживанням суб'єктивного соціального благополуччя.

У сучасних дослідженнях підкреслюється роль рефлексії як механізму, що забезпечує усвідомлення та переоцінку власних характеристик. Рефлексивні процеси дозволяють особистості аналізувати свій досвід, співвідносити його з внутрішніми стандартами та коригувати уявлення про себе. Вони сприяють

формуванню більш цілісної та узгодженої самооцінки, що враховує різні аспекти життєдіяльності. Розвиток рефлексії пов'язаний із когнітивним дозріванням і накопиченням соціального досвіду, що особливо інтенсивно відбувається у юнацькому віці. Недостатній рівень рефлексії може призводити до поверхневого або фрагментарного самосприйняття. Це ускладнює процес саморегуляції та прийняття рішень. Подібну позицію обґрунтовують О. В. Савченко [44], Р. В. Павелків [42], Т. Д. Щербан [52] і Г. В. Щербан [51], які розглядають рефлексивність як механізм поглиблення самопізнання та корекції самоствавлення.

Емоційний компонент самооцінки визначає ставлення особистості до себе та впливає на рівень психологічного комфорту. Позитивне самоствавлення сприяє формуванню впевненості у власних силах і підвищує готовність до активної діяльності. Негативне самосприйняття, навпаки, пов'язане з переживанням тривоги, невпевненості та схильністю до уникання складних ситуацій. Емоційні оцінки можуть бути стійкими або змінюватися залежно від ситуації, що визначає загальний рівень стабільності самооцінки. Важливу роль відіграє здатність особистості до емоційної регуляції, яка дозволяє знижувати вплив негативних переживань. У цьому сенсі міркування О. І. Бондарчук [10] про суб'єктивне благополуччя та дослідження В. Гаврилькевича й О. Фірстової [19] щодо емоційних станів особистості дають змогу конкретизувати роль емоційного тла у стабілізації або дестабілізації самосприйняття.

Поведінковий аспект самооцінки проявляється у виборі стратегій діяльності та способів взаємодії з іншими людьми. Особи з адекватною самооцінкою демонструють більшу гнучкість у поведінці, здатність до прийняття рішень та готовність брати відповідальність за власні дії. У випадку порушення самооцінки спостерігається або надмірна активність без урахування реальних можливостей, або пасивність і уникання діяльності. Поведінкові прояви виступають індикатором внутрішніх уявлень про себе і можуть використовуватися для їх діагностики. Вони також впливають на характер міжособистісних відносин і соціальний статус особистості. Через поведінку самооцінка набуває зовнішнього вираження. Це дозволяє розглядати її як чинник соціальної взаємодії. Такий підхід корелює з

позицією О. Кузьо [31] та Ю. Ярош [53], які підкреслюють, що поведінкові прояви особистості відображають глибинні механізми самоставлення і соціально-психологічного самовизначення.

Особливості самооцінки у юнацькому віці зумовлені специфікою цього етапу розвитку, який характеризується інтенсивним формуванням ідентичності та переосмисленням життєвих цілей. У цей період відбувається активне осмислення власних можливостей, що супроводжується коливаннями самооцінки. Значний вплив мають соціальні фактори, зокрема оцінки однолітків і рівень прийняття у групі. Підвищена чутливість до соціального зворотного зв'язку зумовлює нестабільність самосприйняття. Водночас розвиваються механізми саморегуляції, що сприяють поступовій стабілізації самооцінки. Цей процес має складний і суперечливий характер. Його результат визначає подальший особистісний розвиток. П. І. Сахно та Н. М. Теслик [47] визначають юнацький вік як період інтенсивного становлення самосвідомості, а С. А. Ворожбит [17] підкреслює значення довіри й соціально-психологічної адаптації у переживанні себе на цьому етапі розвитку.

Аналіз сучасних досліджень дозволяє констатувати, що самооцінка виступає системоутворюючим елементом особистісної структури, який інтегрує когнітивні, емоційні та поведінкові аспекти функціонування індивіда. Вона формується у процесі соціалізації, зазнає впливу соціального середовища та внутрішніх механізмів рефлексії, а також визначає характер взаємодії особистості з оточенням. Багатовимірність цього феномену зумовлює необхідність його комплексного дослідження з урахуванням різних теоретичних підходів. Самооцінка впливає на рівень домагань, поведінкові стратегії та якість міжособистісних відносин. Її адекватність визначає ефективність соціальної адаптації та самореалізації. Це підкреслює її значення як об'єкта психологічного аналізу.

Отже, самооцінка постає як складний багаторівневий психологічний феномен, який формується у процесі соціалізації, інтегрує когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти і виконує регулятивну функцію у структурі особистості, визначаючи характер її взаємодії з соціальним середовищем

1.2. Розгляд структури, функцій та механізмів формування самооцінки особистості

Самооцінка як психологічний феномен набуває пояснювальної завершеності лише за умови її структурного аналізу, оскільки саме внутрішня організація визначає специфіку її функціонування та впливу на поведінку. У сучасних дослідженнях вона трактується як ієрархічна система, що включає взаємопов'язані компоненти, кожен з яких виконує окрему роль у процесі самопізнання. Ця система не є статичною, оскільки змінюється залежно від соціального досвіду та індивідуальних особливостей особистості. Внутрішня узгодженість компонентів забезпечує стабільність самооцінки, тоді як їх дисбаланс може спричиняти внутрішні конфлікти. Аналіз структури дозволяє виявити, які саме елементи є визначальними у формуванні загального самоставлення. У цьому контексті самооцінка постає як складна багаторівнева конструкція. Її дослідження потребує системного підходу.

У більшості психологічних концепцій структура самооцінки представлена трьома взаємопов'язаними компонентами, що відображають різні аспекти самосприйняття. Когнітивний компонент включає знання особистості про себе, що формуються на основі досвіду, порівнянь і узагальнень. Емоційно-ціннісний компонент визначає ставлення до власних характеристик і забезпечує переживання задоволеності або незадоволеності собою. Поведінковий компонент відображає практичні прояви самооцінки у діяльності та взаємодії з іншими людьми. Взаємодія цих складових формує цілісне уявлення про себе. Їх узгодженість визначає рівень адекватності самооцінки. Зміни в одному компоненті можуть спричиняти трансформації інших [42 с. 20; 24 с. 220].

Когнітивний компонент відіграє провідну роль у структурі самооцінки, оскільки саме він забезпечує формування образу «Я», який виступає основою для подальших оцінок. У його межах відбувається аналіз власних якостей, здібностей і досягнень, що дозволяє особистості орієнтуватися у власних можливостях. Цей процес включає механізми соціального порівняння, які дозволяють співвідносити

себе з іншими людьми. Когнітивні оцінки можуть бути більш або менш точними, що впливає на загальну адекватність самооцінки. Вони також визначають рівень домагань і вибір цілей. Через цей компонент здійснюється інтелектуальне осмислення власного досвіду. Його розвиток пов'язаний із рівнем рефлексії [5 с. 142].

Емоційно-ціннісний компонент формує суб'єктивне ставлення до себе, що визначає рівень самоприйняття та психологічного комфорту. Він включає переживання, які супроводжують оцінку власних характеристик, а також систему цінностей, через яку ці характеристики осмислюються. Позитивне емоційне ставлення сприяє стабільності самооцінки та підвищує впевненість у собі. Негативне, навпаки, може зумовлювати тривожність і невпевненість. Цей компонент тісно пов'язаний із досвідом соціального схвалення або відторгнення. Він визначає емоційний фон самосприйняття. Його вплив поширюється на мотиваційну сферу [20 с. 17; 15 с. 116].

Поведінковий компонент відображає практичну реалізацію самооцінки у діяльності та міжособистісній взаємодії. Він проявляється у виборі стратегій поведінки, рівні активності та готовності до прийняття рішень. Особи з узгодженою самооцінкою демонструють більш гнучку поведінку і здатність адаптуватися до змінних умов. У випадку внутрішніх суперечностей спостерігається або надмірна активність, або пасивність. Поведінкові прояви виступають зовнішнім індикатором внутрішніх процесів. Через них самооцінка набуває соціального виміру. Це дозволяє аналізувати її опосередковано [16 с. 36].

Функціональний аналіз самооцінки дозволяє виявити її роль у регуляції психічної діяльності та поведінки. Однією з ключових є регулятивна функція, яка забезпечує вибір цілей і способів їх досягнення. Оціночна функція пов'язана з аналізом результатів діяльності та корекцією поведінки. Захисна функція проявляється у збереженні цілісності «Я» через механізми психологічного захисту. Мотиваційна функція визначає рівень активності та спрямованість діяльності. Комунікативна функція забезпечує ефективність взаємодії з іншими людьми. Сукупність цих функцій визначає значення самооцінки у життєдіяльності

особистості. Вони реалізуються у взаємозв'язку. З метою систематизації підходів до розуміння структури та функцій самооцінки доцільно узагальнити їх у таблиці.

Таблиця 1.1

Структура та функції самооцінки особистості

Компонент самооцінки	Характеристика	Основні функції
Когнітивний	Знання про себе, уявлення про власні якості та можливості	Оціночна, прогностична
Емоційно-ціннісний	Ставлення до себе, рівень самоприйняття	Захисна, мотиваційна
Поведінковий	Реалізація самооцінки у діяльності та взаємодії	Регулятивна, комунікативна

Побудовано автором на основі джерел [14; 31; 53; 9; 43].

Представлена систематизація дозволяє простежити взаємозв'язок між структурними компонентами та функціональними проявами самооцінки, що забезпечує її цілісне функціонування. Когнітивний компонент визначає основу для оцінювання, емоційний надає цим оцінкам суб'єктивного змісту, а поведінковий забезпечує їх практичну реалізацію. Функції не існують ізольовано, оскільки кожна з них опосередковує інші. Це підтверджує системний характер самооцінки. Її аналіз потребує врахування взаємодії всіх складових.

Механізми формування самооцінки пов'язані з процесами соціалізації, які забезпечують засвоєння норм, цінностей і моделей поведінки. Одним із ключових механізмів виступає інтеріоризація зовнішніх оцінок, через яку соціальні уявлення стають частиною внутрішнього світу особистості. Важливу роль відіграє соціальне порівняння, що дозволяє оцінювати себе відносно інших. Рефлексія забезпечує усвідомлення власних характеристик і їх переоцінку. Ідентифікація з референтними групами формує ціннісні орієнтації. Сукупність цих механізмів визначає динаміку розвитку самооцінки. Їх взаємодія має складний характер. На цьому наголошують О. Є. Блинова [6], С. Д. Максименко [11] та А. С. Борисюк [11], які пов'язують становлення самооцінки з інтеріоризацією соціального досвіду, розвитком рефлексії та здатністю особистості до подолання внутрішніх суперечностей.

У процесі формування самооцінки значущу роль відіграють соціальні інститути, зокрема сім'я, освітнє середовище та групи однолітків. Саме у цих контекстах особистість отримує первинний досвід оцінювання та зворотного зв'язку. Характер взаємодії з оточенням визначає зміст і стабільність самооцінки. Підтримувальне середовище сприяє формуванню адекватного самосприйняття. Дефіцит позитивного зворотного зв'язку може призводити до викривлень у самооцінці. Соціальні впливи не є однорідними. Вони можуть суперечити один одному [48 с. 90].

Узагальнюючи сучасні підходи, можна констатувати, що самооцінка формується як результат взаємодії внутрішніх і зовнішніх чинників, які опосередковують один одного. Її структура визначає спосіб функціонування, а функції забезпечують адаптацію особистості до соціального середовища. Механізми формування зумовлюють динаміку змін і рівень стабільності самооцінки. Комплексний аналіз дозволяє розглядати її як системне утворення. Це відкриває можливості для глибшого дослідження. Подальший аналіз потребує врахування соціального контексту.

Отже, самооцінка постає як структурно організована система, що включає когнітивний, емоційно-ціннісний і поведінковий компоненти, виконує низку взаємопов'язаних функцій та формується під впливом соціальних і внутрішніх механізмів, які визначають її динаміку, адекватність і роль у регуляції поведінки особистості.

1.3. Аналіз психологічних особливостей формування самооцінки у юнацькому віці

Формування самооцінки у юнацькому віці відбувається в умовах інтенсивних особистісних трансформацій, які охоплюють когнітивну, емоційну та соціальну сфери розвитку, що зумовлює її нестабільність і водночас підвищену чутливість до зовнішніх впливів. На цьому етапі особистість переходить від фрагментарного уявлення про себе до більш цілісної системи самосприйняття, що супроводжується активізацією рефлексивних процесів і потребою у самовизначенні. Самооцінка

перестає бути лише результатом зовнішніх оцінок і набуває внутрішньо опосередкованого характеру, що пов'язано з формуванням індивідуальної системи цінностей і життєвих орієнтацій. Зростає значення власного досвіду та здатності до його інтерпретації, що впливає на рівень узгодженості самооцінки. Водночас посилюється залежність від соціального контексту, зокрема від оцінок однолітків, які набувають статусу значущого джерела зворотного зв'язку. У цих умовах самооцінка формується як результат складної взаємодії внутрішніх і зовнішніх чинників. Її розвиток набуває суперечливого характеру. У працях П. І. Сахна та Н. М. Теслик цей період визначається як критичний для становлення самосвідомості [47].

Когнітивні особливості юнацького віку забезпечують розширення можливостей для самопізнання, оскільки відбувається перехід до абстрактного мислення, що дозволяє аналізувати власні якості у більш узагальненому вигляді. Здатність до порівняння різних аспектів «Я» сприяє формуванню багатовимірної структури самооцінки, у межах якої поєднуються уявлення про актуальний і бажаний образ себе. Цей процес супроводжується виникненням внутрішніх суперечностей, які потребують осмислення і інтеграції. У результаті формується більш складна і диференційована система самосприйняття. Рівень когнітивної зрілості визначає глибину аналізу власних характеристик. Це впливає на адекватність самооцінки. Здатність до узагальнення досвіду стає ключовим чинником її стабілізації [35].

Емоційна сфера юнаків характеризується підвищеною інтенсивністю переживань, що безпосередньо впливає на формування самооцінки, оскільки будь-яка оцінка себе супроводжується сильними емоційними реакціями. Переживання успіху або невдачі набувають узагальненого характеру і поширюються на самосприйняття в цілому. Нестійкість емоційного фону може призводити до коливань самооцінки навіть за відносної стабільності об'єктивних досягнень. Водночас розвиток емоційної регуляції поступово знижує амплітуду цих коливань. Позитивний досвід соціального прийняття сприяє формуванню більш стійкого

самостворення. Негативний досвід, навпаки, посилює вразливість. Емоційний компонент відіграє визначальну роль у суб'єктивному сприйнятті себе [49 с. 6].

Соціальний контекст юнацького віку визначає специфіку формування самооцінки через зміну структури значущих взаємин, де провідну роль починають відігравати однолітки, а не дорослі. Саме у взаємодії з референтною групою відбувається активне соціальне порівняння, яке виступає механізмом оцінювання власних якостей. Прийняття або відторгнення у групі безпосередньо впливає на рівень самоповаги. Соціальні очікування задають стандарти, з якими співвідноситься власне «Я». У результаті формується залежність самооцінки від соціального статусу у групі. Цей процес має як адаптивні, так і дезадаптивні наслідки. Його вплив варіюється залежно від індивідуальних особливостей.

У процесі формування самооцінки у юнацькому віці суттєве значення має рефлексія як здатність до усвідомлення та аналізу власних психічних станів і характеристик. Рефлексивні процеси забезпечують інтеграцію різних аспектів досвіду і сприяють формуванню узгодженого образу «Я». Вони дозволяють переоцінювати попередні уявлення про себе та коригувати їх відповідно до нових умов. Рівень розвитку рефлексії визначає глибину самопізнання і ступінь адекватності самооцінки. Недостатній розвиток цієї здатності обмежує можливості для саморегуляції. Надмірна рефлексивність може призводити до фіксації на власних недоліках. Оптимальний рівень забезпечує баланс між аналізом і прийняттям себе. З метою систематизації ключових чинників, що впливають на формування самооцінки у юнацькому віці, доцільно представити їх у структурованому вигляді (див. таблиц. 1.2).

Таблиця 1.2

Чинники формування самооцінки у юнацькому віці

Група чинників	Характеристика впливу
Когнітивні	Розвиток абстрактного мислення, здатність до рефлексії та узагальнення досвіду
Емоційні	Інтенсивність переживань, рівень емоційної регуляції, досвід успіху і невдач
Соціальні	Вплив однолітків, соціальне порівняння, рівень прийняття у групі
Особистісні	Індивідуальні риси, рівень самоконтролю, мотиваційна спрямованість

Побудовано автором на основі джерел [15; 35; 49; 32; 22]

Представлена систематизація дозволяє простежити, що формування самооцінки у юнацькому віці визначається взаємодією когнітивних, емоційних і соціальних процесів, які взаємно підсилюють або компенсують один одного. Когнітивні чинники забезпечують можливість усвідомлення себе, емоційні визначають характер переживань, а соціальні задають контекст оцінювання. Особистісні особливості виступають модераторами цього процесу. Взаємодія зазначених чинників має динамічний характер. Її результатом є формування відносно стабільної самооцінки. Це підкреслює системність процесу.

Узагальнення сучасних досліджень свідчить про те, що юнацький вік є критичним періодом у формуванні самооцінки, оскільки саме на цьому етапі відбувається інтеграція різних аспектів самосприйняття у цілісну систему. Висока варіативність цього процесу зумовлює індивідуальні відмінності у рівні адекватності та стабільності самооцінки. Успішність її формування залежить від узгодженості внутрішніх механізмів і соціальних впливів. Порушення цієї узгодженості може призводити до внутрішніх конфліктів і труднощів соціальної адаптації. Це зумовлює необхідність подальшого дослідження зазначеного феномену. Його аналіз має як теоретичне, так і прикладне значення. Особливо у контексті соціалізації [17 с. 8].

Формування самооцінки у юнацькому віці визначається взаємодією когнітивних, емоційних, соціальних та особистісних чинників, що зумовлюють її динамічність, суперечливість і водночас потенціал до стабілізації, який реалізується через розвиток рефлексії та інтеграцію досвіду у цілісну систему самосприйняття.

Висновки до розділу 1

Теоретичний аналіз проблеми самооцінки дозволяє розглядати її як багатовимірне психологічне утворення, що формується у процесі взаємодії когнітивних, емоційних і поведінкових компонентів, які забезпечують не лише усвідомлення власних характеристик, але й регуляцію діяльності та

міжособистісної взаємодії. Самооцінка виступає не ізольованою характеристикою, а системоутворюючим елементом особистості, оскільки інтегрує результати самопізнання та досвід соціальної взаємодії, формуючи індивідуальну модель самосприйняття.

Аналіз наукових підходів засвідчує, що різні теоретичні парадигми акцентують увагу на окремих аспектах самооцінки, однак їх узагальнення дозволяє виокремити її як динамічну систему, яка змінюється під впливом соціального середовища, рефлексії та індивідуального досвіду. Це зумовлює необхідність комплексного підходу до її дослідження, який враховує як внутрішні механізми, так і зовнішні детермінанти формування.

Структурний аналіз самооцінки виявляє наявність взаємопов'язаних компонентів, серед яких когнітивний забезпечує формування образу «Я», емоційно-ціннісний визначає ставлення до себе, а поведінковий відображає реалізацію цих уявлень у діяльності. Їх узгодженість виступає умовою адекватності самооцінки, тоді як дисбаланс спричиняє труднощі у саморегуляції та міжособистісній взаємодії. Функціональний аспект самооцінки проявляється у виконанні регулятивної, оціночної, мотиваційної та комунікативної функцій, що забезпечують адаптацію особистості до соціального середовища.

Механізми формування самооцінки пов'язані з процесами соціалізації, у межах яких відбувається інтеріоризація зовнішніх оцінок, соціальне порівняння та розвиток рефлексії, що забезпечують поступове ускладнення і стабілізацію самосприйняття. Взаємодія цих механізмів має системний характер, оскільки кожен із них опосередковує інші, формуючи цілісну модель самооцінки.

Дослідження психологічних особливостей юнацького віку показує, що цей період характеризується підвищеною варіативністю самооцінки, що зумовлено інтенсивним розвитком рефлексії, емоційною чутливістю та зміною структури соціальних взаємин. Посилення ролі однолітків і соціального порівняння визначає залежність самооцінки від соціального контексту, що може як сприяти її розвитку, так і ускладнювати процес її стабілізації.

Отже, самооцінка у юнацькому віці постає як складна динамічна система, що формується під впливом когнітивних, емоційних і соціальних чинників, виконує регулятивну функцію у структурі особистості та визначає характер її соціальної взаємодії, що створює підґрунтя для подальшого емпіричного дослідження її взаємозв'язку зі сприйняттям соціальної підтримки.

РОЗДІЛ 2. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ СОЦІАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ ТА СПРИЙНЯТТЯ СОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

2.1. Теоретичний аналіз соціалізації особистості як предмет психологічного дослідження

Соціалізація особистості у психологічному вимірі розглядається як багаторівневий процес засвоєння індивідом соціального досвіду, норм і цінностей, що забезпечують його включення у систему суспільних відносин та формування здатності до ефективної взаємодії з соціальним середовищем. Її зміст не зводиться до простого адаптаційного механізму, оскільки передбачає активну позицію суб'єкта, який не лише засвоює соціальні вимоги, але й інтерпретує їх відповідно до власного досвіду і ціннісних орієнтацій. У цьому контексті соціалізація виступає процесом взаємодії індивіда і соціального середовища, що має двосторонній характер і забезпечує як інтеграцію особистості у суспільство, так і її індивідуалізацію. Такий підхід дозволяє розглядати соціалізацію як складну систему, що включає когнітивні, емоційні та поведінкові аспекти. Вона відбувається протягом усього життя, однак її інтенсивність і специфіка змінюються залежно від вікового етапу. Юнацький період характеризується особливою чутливістю до соціальних впливів. Це зумовлює необхідність його окремого аналізу [41 с. 64; 29 с.7].

У сучасних психологічних дослідженнях соціалізація трактується через призму різних теоретичних підходів, кожен з яких акцентує увагу на окремих механізмах і детермінантах цього процесу. Соціально-психологічні концепції підкреслюють значення міжособистісної взаємодії, у межах якої формуються соціальні ролі та норми поведінки. Культурно-історичний підхід розглядає соціалізацію як процес опосередкованого засвоєння соціального досвіду через знакові системи і діяльність. Когнітивні теорії акцентують увагу на внутрішніх механізмах переробки соціальної інформації, що забезпечують формування

уявлень про соціальну реальність. Особистісно орієнтовані підходи наголошують на активності суб'єкта, який вибірково засвоює соціальні впливи. Різноманіття підходів відображає складність феномену соціалізації. Їх інтеграція дозволяє сформуванню цілісного уявлення про процес [54 с. 93; 38].

Структура соціалізації охоплює декілька взаємопов'язаних рівнів, які відображають різні аспекти включення особистості у соціальне середовище. На когнітивному рівні відбувається засвоєння знань про соціальні норми, ролі та правила взаємодії. Емоційний рівень пов'язаний із формуванням ставлення до соціального оточення і переживанням власного місця у ньому.

Поведінковий рівень відображає практичну реалізацію соціально прийнятих моделей поведінки. Взаємодія цих рівнів забезпечує узгодженість соціалізаційного процесу. Порушення цієї узгодженості може призводити до труднощів адаптації. Така багаторівнева структура визначає складність соціалізації як психологічного явища.

Механізми соціалізації включають інтеріоризацію, ідентифікацію, соціальне навчання та соціальне порівняння, які забезпечують засвоєння та відтворення соціального досвіду. Інтеріоризація передбачає перехід зовнішніх соціальних норм у внутрішній план, що формує систему внутрішніх регуляторів поведінки. Ідентифікація забезпечує ототожнення з референтними особами або групами, що визначає ціннісні орієнтації. Соціальне навчання відбувається через спостереження і наслідування поведінкових моделей. Соціальне порівняння дозволяє оцінювати власні характеристики у контексті групових стандартів. Взаємодія цих механізмів визначає ефективність соціалізації. Вони функціонують у системній єдності.

З метою узагальнення структурних компонентів та механізмів соціалізації доцільно представити їх у вигляді схеми (рис. 2.1).

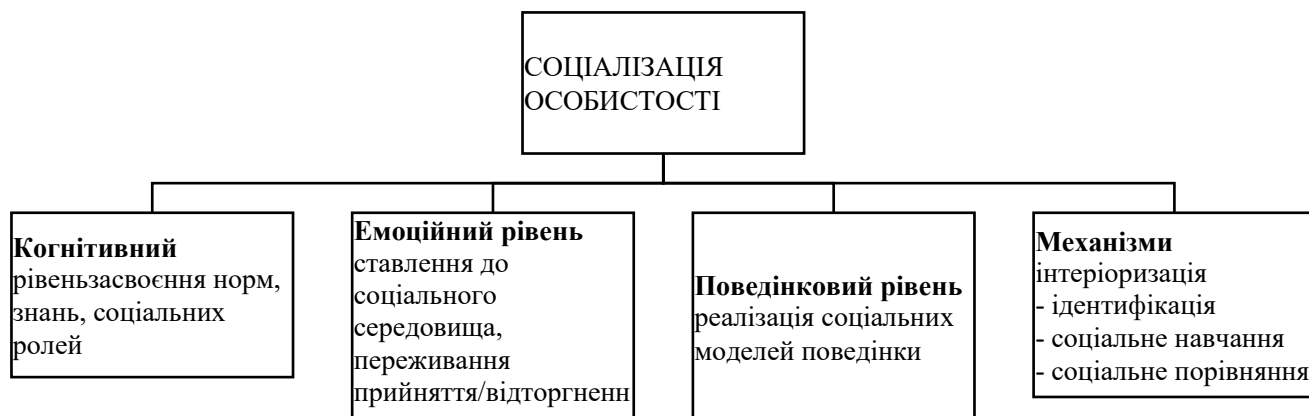


Рисунок 2.1. Структура та механізми соціалізації особистості
Побудовано автором на основі джерел [15; 54; 1; 7; 2]

Представлена схема дозволяє простежити, що соціалізація є цілісним процесом, у якому структурні рівні та механізми функціонують у взаємозв'язку, забезпечуючи поступове включення особистості у систему соціальних відносин. Когнітивний рівень створює основу для розуміння соціальних вимог, емоційний визначає характер ставлення до них, а поведінковий забезпечує їх реалізацію у діяльності. Механізми виступають засобами переходу від зовнішніх впливів до внутрішніх регуляторів. Це свідчить про системний характер соціалізації. Її ефективність залежить від узгодженості всіх елементів [33 с. 89; 34].

Соціалізація у юнацькому віці набуває специфічних рис, що пов'язані з переходом до самостійного визначення життєвих орієнтирів і формуванням особистісної ідентичності. Зростає роль свідомого вибору соціальних ролей, що супроводжується переоцінкою попереднього досвіду. Водночас посилюється вплив референтних груп, які визначають стандарти поведінки і критерії оцінювання. Соціалізаційні процеси стають більш вибірковими, оскільки особистість починає активно відбирати ті впливи, які відповідають її ціннісним орієнтаціям. Це ускладнює структуру соціалізації. Вона набуває індивідуалізованого характеру. Її результати визначають подальший розвиток особистості [36].

Отже, соціалізація особистості постає як складний багаторівневий процес, що включає когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти, реалізується через

систему взаємопов'язаних механізмів і забезпечує інтеграцію індивіда у соціальне середовище, при цьому у юнацькому віці вона набуває індивідуалізованого характеру та визначається активною позицією суб'єкта у виборі соціальних орієнтирів.

2.2. Вивчення психологічних особливостей соціалізації у період юнацького віку

Соціалізація у юнацькому віці характеризується якісною перебудовою взаємодії особистості із соціальним середовищем, що зумовлено переходом до більш самостійного визначення життєвих орієнтирів і формуванням внутрішніх регуляторів поведінки. У цей період індивід не лише засвоює соціальні норми, але й активно їх переосмислює, співвідносячи із власними ціннісними установками. Це спричиняє зростання ролі суб'єктивного чинника у процесі соціалізації. Внутрішні механізми поступово починають домінувати над зовнішнім контролем. Така трансформація змінює характер соціальної адаптації. Вона набуває більш усвідомленого характеру [37].

Когнітивний розвиток у юнацькому віці створює передумови для більш глибокого розуміння соціальної реальності, оскільки відбувається перехід до абстрактного та критичного мислення. Це дозволяє аналізувати соціальні явища не лише на рівні конкретних ситуацій, але й у ширшому контексті. Формується здатність до узагальнення соціального досвіду і побудови власних інтерпретацій. Внаслідок цього індивід починає усвідомлювати складність соціальних процесів. Це впливає на вибір поведінкових стратегій. Когнітивна зрілість виступає умовою ефективної соціалізації [4 с. 45; 13 с. 67].

Емоційні особливості юнацького віку визначають інтенсивність переживань, пов'язаних із соціальною взаємодією, що безпосередньо впливає на процес соціалізації. Переживання прийняття або відторгнення у соціальному середовищі набувають узагальненого характеру і впливають на формування самоставлення. Підвищена чутливість до оцінок інших людей може зумовлювати коливання у рівні

соціальної активності. Водночас розвиток емоційної регуляції сприяє поступовій стабілізації поведінки. Це забезпечує більш збалансовану взаємодію з оточенням. Емоційний досвід виступає основою формування соціальної компетентності.

Соціальна взаємодія у юнацькому віці набуває нових форм, що пов'язані зі зміною структури значущих зв'язків, де провідну роль відіграють однолітки та референтні групи. Саме у межах цих груп відбувається засвоєння соціальних ролей і норм поведінки. Взаємодія з однолітками створює умови для розвитку комунікативних навичок і формування соціальної ідентичності. Соціальний статус у групі впливає на рівень включеності у соціальні процеси. Це визначає характер соціалізації. Групові норми виступають орієнтиром поведінки.

Формування соціальної ідентичності є одним із ключових завдань юнацького віку, оскільки саме у цей період відбувається усвідомлення своєї приналежності до певних соціальних груп і визначення власної позиції у суспільстві. Цей процес супроводжується пошуком відповідей на питання про власні цінності, цілі та життєві стратегії. Соціальна ідентичність формується через взаємодію з різними соціальними контекстами. Вона має динамічний характер. Її стабільність залежить від узгодженості внутрішніх і зовнішніх чинників. Це визначає напрям подальшого розвитку особистості.

Механізми соціалізації у юнацькому віці набувають більш складного характеру, оскільки поряд із традиційними формами впливу зростає роль саморегуляції та рефлексії. Інтеріоризація соціальних норм відбувається більш вибірково, що зумовлено розвитком критичного мислення. Ідентифікація з референтними групами стає усвідомленим процесом. Соціальне порівняння використовується як засіб оцінювання власного місця у соціальній структурі. Рефлексія забезпечує інтеграцію соціального досвіду. Це ускладнює процес соціалізації. Він набуває індивідуалізованого характеру. З метою узагальнення основних психологічних особливостей соціалізації у юнацькому віці доцільно представити їх у табличній формі.

Таблиця 2.1

Психологічні особливості соціалізації у юнацькому віці

Сфера розвитку	Характеристика прояву
Когнітивна	Розвиток абстрактного мислення, здатність до критичного аналізу соціальних явищ
Емоційна	Підвищена чутливість до соціальних оцінок, розвиток емоційної регуляції
Соціальна	Посилення ролі однолітків, формування соціальної ідентичності
Особистісна	Зростання самостійності, розвиток рефлексії та саморегуляції

Побудовано автором на основі джерел [4; 13; 34; 36]

Систематизація представлених характеристик дозволяє встановити, що соціалізація у юнацькому віці визначається взаємодією різних сфер розвитку, які формують цілісну модель включення особистості у соціальне середовище. Когнітивна сфера забезпечує розуміння соціальних процесів, емоційна визначає ставлення до них, соціальна формує практичний досвід взаємодії, а особистісна виступає інтегративним чинником. Їх узгодженість визначає ефективність соціалізації. Порушення цієї узгодженості може призводити до труднощів адаптації. Це підкреслює складність процесу. Його аналіз потребує системного підходу.

Особливістю соціалізації у юнацькому віці є її варіативність, що зумовлена індивідуальними відмінностями у рівні розвитку когнітивних, емоційних і особистісних характеристик. Різні траєкторії соціалізації можуть призводити до різних результатів у формуванні соціальної компетентності. Це ускладнює можливість універсального опису процесу. Водночас дозволяє виявити типові закономірності. Вони мають імовірнісний характер. Це визначає напрям подальших досліджень.

Аналіз психологічних особливостей соціалізації у юнацькому віці дозволяє констатувати, що цей процес має складну внутрішню організацію, яка поєднує різні рівні психічного функціонування. Він характеризується підвищеною динамічністю, що зумовлено інтенсивністю особистісних змін. Соціалізація у цей період виступає основою формування соціальної зрілості. Вона визначає готовність особистості до самостійного життя. Її результати мають довготривалий характер. Це зумовлює її значення для психологічного дослідження.

Узагальнюючи, соціалізація у юнацькому віці визначається взаємодією когнітивних, емоційних, соціальних і особистісних особливостей, що забезпечують перехід від зовнішньої зумовленої адаптації до внутрішньої опосередкованої саморегуляції, формування соціальної ідентичності та індивідуалізацію процесу включення особистості у систему суспільних відносин.

2.3. Сприйняття соціальної підтримки як психологічний феномен

Соціальна підтримка як предмет психологічного дослідження привертає увагу науковців з 1970-х років, коли було вперше зафіксовано, що люди, які відчують себе підтриманими оточенням, значно краще справляються зі стресовими ситуаціями. З того часу поняття пройшло суттєву концептуальну еволюцію – від вимірювання кількості соціальних контактів до розуміння того, що визначальним є не сам факт наявності оточення, а те, як людина суб'єктивно інтерпретує цю взаємодію. Саме тут виникає конструкт сприйнятої соціальної підтримки – суб'єктивна оцінка особистістю доступності допомоги, прийняття і розуміння з боку значущих інших. Відмінність між отриманою і сприйнятою підтримкою принципова: людина може отримувати об'єктивно значний обсяг допомоги, але якщо вона не сприймає його як підтримку – психологічного ефекту не буде [8 с. 58; 21 с. 94].

У структурі сприйнятої соціальної підтримки дослідники традиційно виокремлюють декілька вимірів. Емоційний охоплює відчуття прийняття, тепла та емпатії з боку оточення. Інструментальний стосується практичної допомоги – коли людина знає, що у разі потреби хтось конкретно їй допоможе. Інформаційний пов'язаний із доступністю порад і зворотного зв'язку. Оціночний відображає відчуття того, що інші цінують тебе і вважають твій внесок значущим. У реальному переживанні підтримки ці виміри рідко існують ізольовано – вони взаємодіють і накладаються один на одного, що ускладнює їх чітке операціональне розмежування [48 с. 112].

Теоретичне пояснення механізмів дії соціальної підтримки представлено двома конкуруючими моделями. Модель прямого ефекту стверджує, що відчуття

підтримки сприятливо впливає на психологічне благополуччя незалежно від рівня стресу – тобто підтримка корисна сама по собі, не лише у важкі моменти. Буферна модель натомість передбачає, що підтримка діє як захисний буфер у ситуаціях стресу, пом'якшуючи негативний вплив несприятливих подій. Нині переважає думка про те, що ці механізми не виключають один одного, а діють паралельно залежно від конкретних умов і характеристик особистості [21 с. 93; 10 с. 42].

Рівень сприйнятої підтримки не завжди збігається з реальним соціальним оточенням людини. Особистості з тривожним типом прив'язаності схильні сприймати доступну підтримку як недостатню або ненадійну навіть тоді, коли об'єктивно перебувають у сприятливому соціальному середовищі. Натомість люди з надійним типом прив'язаності здатні відчувати підтримку навіть за відносно бідного соціального оточення. Це свідчить про те, що сприйняття підтримки певною мірою визначається внутрішніми психологічними структурами, сформованими ще в ранньому досвіді взаємодії з близькими [6 с. 18; 15 с. 121].

Джерела сприйнятої підтримки у юнацькому віці мають специфічну конфігурацію. Якщо в дитинстві головним джерелом виступають батьки, то у юнацькому віці значення однолітків і близьких друзів суттєво зростає. Разом із тим батьківська підтримка не зникає – вона трансформується: відчуття безпеки та прийняття з боку батьків і відчуття приналежності та розуміння з боку однолітків виконують різні психологічні функції. Дефіцит кожного з цих джерел по-різному позначається на самооцінці та соціальній адаптації особистості, що підкреслює поліджерельний характер феномену сприйнятої підтримки у цьому віковому періоді [47 с. 84; 48 с. 115].

2.4. Вивчення значення самооцінки та сприйняття соціальної підтримки у процесі соціалізації особистості в юнацькому віці

У процесі соціалізації особистості в юнацькому віці самооцінка і сприйняття соціальної підтримки функціонують як взаємопов'язані психологічні утворення, які визначають характер включення індивіда у систему соціальних відносин.

Самооцінка задає внутрішні орієнтири оцінювання власних можливостей і соціальної значущості, тоді як сприйняття підтримки формує уявлення про доступність ресурсів у соціальному середовищі. Їх взаємодія забезпечує узгодження внутрішніх і зовнішніх умов розвитку особистості. У разі дисбалансу між цими компонентами виникають труднощі соціальної адаптації. Це зумовлює необхідність їх спільного аналізу. Вони утворюють єдину систему регуляції соціальної поведінки [18 с. 56; 27].

Самооцінка у цьому контексті виступає як механізм інтерпретації соціального досвіду, оскільки саме через неї індивід оцінює власну ефективність у взаємодії з оточенням. Вона визначає рівень впевненості у власних діях і впливає на готовність вступати у соціальні контакти. Особи з узгодженою самооцінкою демонструють більш активну позицію у соціальному середовищі. У випадку її порушення спостерігається або надмірна активність без урахування реальних умов, або уникання взаємодії. Самооцінка виступає внутрішнім регулятором поведінки. Вона визначає характер соціальної активності [26 с. 34].

Сприйняття соціальної підтримки відображає суб'єктивне уявлення особистості про наявність допомоги, прийняття і розуміння з боку значущих інших. Воно не тотожне об'єктивній кількості соціальних контактів, оскільки визначається інтерпретацією соціального досвіду. Високий рівень сприйняття підтримки пов'язаний із відчуттям безпеки та прийняття. Низький рівень супроводжується відчуттям ізоляції. Це впливає на соціальну поведінку. Сприйняття підтримки виступає фактором психологічної стабільності. Воно опосередковує процес соціалізації [28].

Взаємозв'язок між самооцінкою та сприйняттям соціальної підтримки має двосторонній характер, оскільки кожен із цих компонентів впливає на інший. Висока самооцінка сприяє більш позитивному сприйняттю соціального середовища, що підвищує ймовірність відчуття підтримки. Натомість позитивний соціальний досвід зміцнює самооцінку, оскільки забезпечує підтвердження значущості особистості. Цей взаємозв'язок формує замкнений цикл взаємного

підсилення. Його порушення може призводити до негативних тенденцій. Це ускладнює соціалізацію. Взаємодія цих чинників має системний характер [20].

У юнацькому віці значення цього взаємозв'язку зростає, оскільки саме на цьому етапі відбувається активне формування соціальної ідентичності і визначення власного місця у соціальній структурі. Потреба у соціальному прийнятті посилює чутливість до оцінок з боку однолітків. Це впливає на рівень самооцінки. Водночас підтримка з боку соціального оточення може компенсувати внутрішні сумніви. Вона виступає ресурсом розвитку. Її роль набуває особливої значущості. Це визначає специфіку соціалізації.

Когнітивні механізми опосередковують взаємодію самооцінки і сприйняття соціальної підтримки через процеси інтерпретації соціальної інформації. Особистість оцінює поведінку інших людей, співвідносить її з власними очікуваннями і формує уявлення про рівень підтримки. Цей процес залежить від сформованих когнітивних схем. Вони визначають спосіб сприйняття соціальної реальності. У разі їх викривлення можливі помилки у сприйнятті підтримки. Це впливає на самооцінку. Когнітивні процеси виступають посередником взаємодії.

Емоційний компонент визначає суб'єктивне переживання соціальної підтримки і його вплив на самооцінку. Позитивні емоційні переживання сприяють формуванню стабільного самоставлення. Негативні переживання можуть посилювати невпевненість. Емоційний досвід узагальнюється і впливає на подальше сприйняття соціального середовища. Він формує емоційний фон взаємодії. Це визначає характер соціалізації. Емоційна регуляція відіграє ключову роль.

Соціальні фактори визначають умови, у яких реалізується взаємодія самооцінки і сприйняття підтримки, оскільки різні соціальні контексти задають різні стандарти оцінювання і різний рівень доступності підтримки. Родина забезпечує базовий рівень прийняття і формує первинні уявлення про себе. Освітнє середовище створює умови для соціального порівняння. Група однолітків визначає соціальний статус особистості. Кожен із цих контекстів по-різному впливає на

самооцінку. Їх взаємодія має комплексний характер. Вона визначає результати соціалізації.

Аналіз сучасних досліджень дозволяє встановити, що оптимальне поєднання адекватної самооцінки і високого рівня сприйняття соціальної підтримки сприяє формуванню соціальної компетентності та психологічної стійкості. Особи з такими характеристиками демонструють здатність до ефективної взаємодії та адаптації. У разі порушення цього поєднання виникають труднощі у встановленні соціальних контактів. Це може призводити до ізоляції. Взаємозв'язок цих чинників визначає якість соціалізації. Він виступає ключовим показником її ефективності.

Узагальнення теоретичних положень свідчить про те, що самооцінка і сприйняття соціальної підтримки утворюють єдину систему, яка забезпечує регуляцію соціальної поведінки у юнацькому віці. Їх взаємодія має динамічний характер і визначається як внутрішніми, так і зовнішніми чинниками. Розуміння цього взаємозв'язку створює підґрунтя для подальшого емпіричного дослідження. Воно дозволяє виявити закономірності розвитку особистості. Це має теоретичне і практичне значення. Дослідження цієї проблеми є перспективним.

Узагальнюючи вище викладене, самооцінка та сприйняття соціальної підтримки у юнацькому віці виступають взаємопов'язаними чинниками соціалізації, що визначають характер включення особистості у соціальне середовище, рівень її соціальної активності та психологічної стійкості, формуючи систему внутрішньої регуляції соціальної поведінки.

Висновки до розділу 2

Теоретичний аналіз соціалізації особистості дозволяє розглядати її як багатовимірний процес, що охоплює засвоєння соціальних норм, ролей і цінностей, а також їх індивідуальну інтерпретацію у межах власного досвіду, що забезпечує включення особистості у систему суспільних відносин. Соціалізація функціонує як процес взаємодії індивіда і соціального середовища, у якому поєднуються адаптаційні та індивідуалізаційні тенденції. Її структура включає когнітивний, емоційний і поведінковий рівні, що забезпечують цілісність соціального

функціонування особистості. Механізми соціалізації, серед яких інтеріоризація, ідентифікація, соціальне навчання та соціальне порівняння, визначають спосіб засвоєння соціального досвіду. Їх взаємодія має системний характер. Вона забезпечує формування внутрішніх регуляторів поведінки.

Психологічні особливості соціалізації у юнацькому віці зумовлюються інтенсивним розвитком когнітивної, емоційної та особистісної сфер, що призводить до ускладнення процесу включення у соціальне середовище. Розвиток абстрактного мислення і рефлексії забезпечує більш глибоке осмислення соціальної реальності, тоді як підвищена емоційна чутливість зумовлює нестійкість переживань, пов'язаних із соціальною взаємодією. Зміна структури значущих зв'язків, у межах якої зростає роль однолітків, визначає нові умови соціального порівняння та формування соціальної ідентичності. Соціалізація набуває більш усвідомленого і вибіркового характеру. Це ускладнює її внутрішню організацію. Вона стає індивідуалізованою.

Аналіз взаємозв'язку самооцінки та сприйняття соціальної підтримки дозволяє встановити, що ці феномени виконують інтегративну функцію у процесі соціалізації, оскільки забезпечують узгодження внутрішніх характеристик особистості із зовнішніми соціальними умовами. Самооцінка виступає внутрішнім регулятором соціальної поведінки, тоді як сприйняття соціальної підтримки визначає рівень відчуття прийняття і доступності соціальних ресурсів. Їх взаємодія має взаємозумовлений характер, що проявляється у процесах взаємного підсилення або послаблення. Це визначає ефективність соціальної адаптації. Порушення цього взаємозв'язку ускладнює процес соціалізації.

Узагальнення теоретичних положень свідчить про те, що соціалізація у юнацькому віці виступає складною динамічною системою, яка формується під впливом когнітивних, емоційних, соціальних і особистісних чинників, а її ефективність визначається рівнем узгодженості самооцінки та сприйняття соціальної підтримки, що створює теоретичне підґрунтя для подальшого емпіричного дослідження їх взаємозв'язку.

РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ САМООЦІНКИ ТА СПРИЙНЯТТЯ СОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

3.1. Мета, завдання та загальна організація дослідження

Емпіричне дослідження спрямоване на виявлення психологічних закономірностей взаємозв'язку самооцінки та сприйняття соціальної підтримки у процесі соціалізації особистості в юнацькому віці, що зумовлює необхідність чіткого визначення наукового апарату, процедур збору та аналізу даних, а також обґрунтованого добору психодіагностичного інструментарію. Організація дослідження передбачає поєднання теоретичних і емпіричних підходів, що забезпечує можливість комплексного аналізу досліджуваних феноменів. Вибір методів і методик здійснюється з урахуванням їх валідності, надійності та відповідності поставленим завданням. Особлива увага приділяється узгодженості інструментів між собою. Це дозволяє отримати репрезентативні результати. Дослідження має системний характер.

Емпірична частина дослідження побудована з урахуванням необхідності аналізу двох взаємопов'язаних психологічних феноменів, що зумовило виокремлення їх теоретичного обґрунтування у попередніх розділах та подальше інтегроване вивчення у межах емпіричного дослідження.

Мета дослідження полягає у встановленні характеру та особливостей взаємозв'язку самооцінки та сприйняття соціальної підтримки у процесі соціалізації особистості в юнацькому віці.

Досягнення мети зумовлює постановку таких завдань дослідження:

- Проаналізувати рівень і структуру самооцінки респондентів юнацького віку.
- Визначити особливості сприйняття соціальної підтримки у досліджуваних.

- Виявити специфіку проявів соціалізації у міжособистісній взаємодії.
- Дослідити статистичні зв'язки між показниками самооцінки та сприйняття соціальної підтримки.
- Інтерпретувати отримані результати у контексті психологічних особливостей юнацького віку.

Об'єктом дослідження виступає самооцінка в юнацькому віці.

Предметом дослідження є взаємозв'язок між самооцінкою та сприйняттям соціальної підтримки у процесі соціалізації особистості в юнацькому віці.

Емпіричну базу дослідження становить вибірка, що включає 40 осіб юнацького віку, які навчаються у закладах вищої освіти. До складу вибірки увійшли студенти I–II курсів гуманітарних і соціально-економічних спеціальностей, віком від 17 до 21 року, серед яких представлені як юнаки, так і дівчата. Дослідження проводилося на базі закладів вищої освіти в умовах аудиторної та позааудиторної роботи зі студентами. Збір емпіричних даних здійснювався у дистанційному форматі з використанням сервісу Google Forms, що забезпечило оперативність обробки результатів, стандартизованість подання запитань і зручність участі респондентів у дослідженні. Участь у дослідженні була повністю анонімною, персональні дані респондентів не збиралися і не підлягали ідентифікації, що забезпечує дотримання етичних принципів психологічного дослідження та підвищує достовірність отриманих відповідей. Характеристика вибірки дослідження продемонстрована в таблиці нижче.

Таблиця 3.1

Характеристика вибірки дослідження($n = 40$)

Показник	Кількість осіб	%
Загальна кількість респондентів	40	100%
Дівчата	24	60%
Хлопці	16	40%
Вік 17–18 років	18	45%
Вік 19–21 років	22	55%
Студенти I курсу	21	52,50%
Студенти II курсу	19	47,50%

Отримані дані свідчать про відносну однорідність вибірки за віковими та освітніми характеристиками, що дозволяє забезпечити коректність порівняння результатів. Незначне переважання респондентів жіночої статі не впливає на загальну репрезентативність вибірки, оскільки дослідження не передбачає гендерного порівняння як основної мети.

Респонденти характеризуються відотною однорідністю за віковими показниками та освітнім статусом, що дозволяє мінімізувати вплив сторонніх змінних на результати дослідження. Формування вибірки здійснювалося за принципом доступності із дотриманням добровільності участі. Учасники дослідження були попередньо поінформовані про мету, завдання та умови проведення, що забезпечує етичну коректність отриманих даних і відповідає принципам психологічного дослідження.

Кількісний склад вибірки є достатнім для виявлення загальних тенденцій і встановлення статистичних взаємозв'язків між досліджуваними показниками, що дозволяє здійснити обґрунтований аналіз отриманих результатів. З метою отримання емпіричних даних було використано комплекс взаємодоповнювальних методів, серед яких провідне місце займають психодіагностичні методики, що дозволяють дослідити когнітивні, емоційні та соціальні аспекти самосприйняття особистості.

У процесі емпіричного дослідження було обрано комплекс психодіагностичних методик, що дозволяють всебічно охарактеризувати самосвідомість особистості у взаємозв'язку із соціалізаційними процесами. Зокрема, методика «Q-сортування» В. Стефансона (див. додаток А) використана з метою виявлення особливостей уявлень особистості про себе у системі групової взаємодії, що дає змогу проаналізувати соціально-поведінкові аспекти самосприйняття. Методика «Особистісний диференціал» (див. додаток Б) дозволяє визначити емоційно-оцінний компонент самооцінки за такими параметрами, як оцінка, сила та активність, що забезпечує узагальнене уявлення про характер ставлення особистості до себе [45; 46; 50; 55].

Тест-опитувальник ставлення до себе В. В. Століна (див. додаток В) застосовано для дослідження структури самоставлення, оскільки він дає можливість виявити як інтегральне ставлення до власного «Я», так і його окремі компоненти, зокрема самоповагу, аутосимпатію, самоінтерес і очікування ставлення інших. З метою вивчення соціального аспекту досліджуваної проблеми використано авторську анкету (див. додаток Г), спрямовану на визначення рівня сприйняття соціальної підтримки з боку значущого оточення. Анкету розроблено на основі теоретичних положень щодо структури соціальної підтримки, викладених у працях Н. Б. Бондаренко [8] та Т. В. Данильченко [21]. Формулювання тверджень узгоджувалося з науковим керівником та уточнювалося за результатами пілотного опитування.

Поєднання зазначених методик зумовлене необхідністю отримання багатовимірної характеристики досліджуваних явищ, оскільки вони охоплюють когнітивний, емоційно-оцінний і соціально-поведінковий рівні функціонування особистості, що забезпечує обґрунтованість і цілісність інтерпретації результатів дослідження. У таблиці 3.2 продемонстровано паспорт методики 1 Методика «Q-сортування» (Q-sort).

Таблиця 3.2

Паспорт методики 1 Методика «Q-сортування» (Q-sort)

Параметр	Характеристика
Автор	В. Стефансон
Мета	Вивчення уявлень особистості про себе у груповій взаємодії
Що діагностує	залежність / незалежність, комунікабельність / некомунікабельність, прийняття / уникання боротьби
Форма проведення	індивідуальна або групова
Результат	кількісні показники за шістьма поведінковими тенденціями

У таблиці 3.3 продемонстровано паспорт методики методика «Особистісний диференціал».

Таблиця 3.3

Паспорт методики 2 Методика «Особистісний диференціал»

Параметр	Характеристика
Автор	НДІ ім. В. М. Бехтерева (адаптація)
Мета	Визначення емоційно-оцінного ставлення особистості до себе
Що діагностує	самооцінка за факторами: оцінка, сила, активність
Форма проведення	індивідуальна або групова
Результат	бали за трьома факторами (О, С, А)

У таблиці 3.4 наведено паспорт методики 3 Тест-опитувальник ставлення до себе (В. В. Столін).

Таблиця 3.4

Паспорт методики 3 Тест-опитувальник ставлення до себе (В. В. Столін)

Параметр	Характеристика
Автор	В. В. Столін
Мета	Дослідження структури самоставлення особистості
Що діагностує	самоповага, аутосимпатія, самоінтерес, очікування ставлення інших, самоприйняття, самозвинувачення
Форма проведення	індивідуальна
Результат	кількісні показники за шкалами самоставлення

У таблиці нижче наведено паспорт авторської анкети «Сприйняття соціальної підтримки».

Таблиця 3.5

Паспорт методики 4 Анкета «Сприйняття соціальної підтримки»

Параметр	Характеристика
Автор	авторська розробка
Мета	Вивчення рівня сприйняття соціальної підтримки
Що діагностує	підтримка з боку сім'ї, друзів, значущих інших
Форма проведення	індивідуальна
Результат	узагальнені показники рівня соціальної підтримки

Застосування зазначених методик забезпечує можливість комплексного аналізу досліджуваних феноменів, оскільки кожна з них охоплює окремий аспект самосвідомості та соціального функціонування особистості. Їх поєднання дозволяє виявити як індивідуальні особливості, так і загальні закономірності. Це підвищує достовірність результатів. Комплексність підходу виступає методичною перевагою дослідження. У межах дослідження аналізуються інтегральні та часткові показники за кожною методикою, що дозволяє здійснити порівняння результатів і виявити взаємозв'язки між досліджуваними змінними. Особлива увага приділяється співвідношенню показників самооцінки та рівня сприйняття соціальної підтримки як взаємопов'язаних характеристик соціалізації особистості.

Авторська анкета сприйняття соціальної підтримки пройшла процедуру перевірки змістової валідності шляхом співвіднесення питань із теоретичними положеннями щодо структури соціальної підтримки, викладеними у працях Н. Б. Бондаренко [8] та Т. В. Данильченко [21]. Формулювання тверджень узгоджувалося з науковим керівником та уточнювалося за результатами пілотного опитування на малій вибірці з 5 осіб. Внутрішня узгодженість інструменту підтверджується однорідністю структури анкети: питання рівномірно охоплюють три джерела підтримки – сімейне, дружнє та від значущих інших, – що забезпечує змістову повноту та збалансованість методики.

Організація дослідження передбачає послідовну реалізацію кількох етапів, що забезпечують логіку його проведення та узгодженість процедур.

- Підготовчий етап, у межах якого здійснюється аналіз наукових джерел, визначення мети, завдань та добір методик.

- Констатувальний етап, що передбачає безпосереднє проведення психодіагностики та збір емпіричних даних.
- Аналітичний етап, у межах якого здійснюється обробка отриманих результатів та їх інтерпретація.
- Узагальнювальний етап, спрямований на формулювання висновків і теоретичне осмислення отриманих даних.

Методи обробки результатів включають як кількісні, так і якісні підходи, що забезпечує багатовимірний аналіз емпіричного матеріалу. Для узагальнення даних використовуються методи описової статистики, зокрема визначення середніх значень та відсоткових показників. З метою встановлення взаємозв'язків між змінними застосовується кореляційний аналіз (коефіцієнт кореляції Спірмена), що дозволяє визначити силу та напрям зв'язку між показниками самооцінки та сприйняття соціальної підтримки. Статистична обробка даних здійснювалася за допомогою програмного забезпечення JASP (версія 0.19).

Обробка даних має системний характер. З метою встановлення взаємозв'язків між змінними застосовується кореляційний аналіз (коефіцієнт кореляції Спірмен), що дозволяє визначити силу та напрям зв'язку між показниками самооцінки та сприйняття соціальної підтримки.

Отже, у підрозділі обґрунтовано науковий апарат та організаційно-методичні засади емпіричного дослідження взаємозв'язку самооцінки та сприйняття соціальної підтримки у юнацькому віці. Визначено мету, завдання, об'єкт і предмет дослідження, що забезпечує його логічну цілісність і спрямованість. Охарактеризовано вибірку респондентів, яка є достатньою за обсягом та однорідною за основними соціально-демографічними параметрами, що дозволяє отримати коректні результати. Обґрунтовано використання комплексу психодіагностичних методик, які охоплюють когнітивний, емоційно-оцінний і соціально-поведінковий рівні функціонування особистості.

Визначено етапи проведення дослідження та методи обробки результатів, що забезпечує послідовність і системність емпіричного аналізу. Застосування

кількісних і якісних методів, зокрема описової статистики та кореляційного аналізу, створює підґрунтя для виявлення закономірностей і встановлення взаємозв'язків між досліджуваними показниками. Запропонована організація дослідження забезпечує достовірність отриманих результатів і дозволяє перейти до їх подальшого аналізу та інтерпретації. Використані психодіагностичні матеріали подано у додатках А–Г, що забезпечує прозорість та відтворюваність дослідження.

3.2. Результати вимірювання рівня самооцінки у юнацькому віці

Аналіз рівня самооцінки респондентів здійснювався на основі результатів, отриманих за методиками «Особистісний диференціал» та тесту-опитувальника ставлення до себе В. В. Століна, що забезпечує цілісне охоплення емоційно-оцінного й структурного компонентів самосвідомості особистості. Узагальнення емпіричних даних передбачало розподіл досліджуваних за трьома рівнями вираженості самооцінки: низьким, середнім і високим, відповідно до інтегрованих кількісних показників за шкалами обох методик.

Інтерпретація результатів здійснювалася з урахуванням характеру самоставлення: до низького рівня віднесено випадки з переважанням негативних або занижених оцінок, середній рівень відображає відносну збалансованість уявлень про себе, тоді як високий характеризується стійкою позитивною самооцінкою за більшістю показників. Такий підхід дозволив уникнути фрагментарності аналізу й забезпечив узгодженість отриманих даних.

На наступному етапі здійснено деталізований аналіз результатів за методикою «Особистісний диференціал», яка дає змогу оцінити самооцінку за трьома базовими факторами: оцінкою, силою та активністю. Узагальнені значення за цими параметрами також відображені у таблиці 3.6.

Таблиця 3.6

Розподіл показників самооцінки за методикою «Особистісний диференціал»

Рівень	Оцінка (О)	Сила (С)	Активність (А)
Низький	10 (25%)	12 (30%)	11 (27,5%)
Середній	18 (45%)	17 (42,5%)	19 (47,5%)
Високий	12 (30%)	11 (27,5%)	10 (25%)

Отримані результати свідчать про переважання середніх значень за всіма факторами, що вказує на відносну збалансованість самооцінки у більшості респондентів. Водночас варіативність показників за шкалою сили може бути пов'язана з нестабільністю «Я-образу» та підвищеною залежністю від соціального оцінювання у юнацькому віці. Виявлений розподіл свідчить про те, що у більшості респондентів домінує помірно виражене позитивне ставлення до себе, що поєднується із відотною впевненістю у власних можливостях та помірною активністю. Водночас наявність частки осіб із низькими показниками за фактором сили може вказувати на внутрішню нестабільність та залежність від зовнішніх оцінок.

На другому етапі було проаналізовано результати тесту-опитувальника ставлення до себе В. В. Століна, який дозволяє дослідити структуру самоставлення особистості. Узагальнені результати подано у таблиці 3.7.

Таблиця 3.7

Розподіл показників самоставлення за методикою В. В. Століна

Шкала	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Самоповага	11 (27,5%)	17 (42,5%)	12 (30%)
Аутосимпатія	9 (22,5%)	19 (47,5%)	12 (30%)
Самоінтерес	8 (20%)	21 (52,5%)	11 (27,5%)
Очікування ставлення інших	13 (32,5%)	18 (45%)	9 (22,5%)

Співвідношення показників за шкалами дозволяє простежити структурну неоднорідність самоставлення, у межах якої когнітивна спрямованість на себе поєднується із недостатньо стабільною соціальною впевненістю, що відображає специфіку юнацького віку як періоду активного самовизначення.

На наступному етапі було проаналізовано результати за методикою «Q-сортування» В. Стефансона, яка дозволяє виявити особливості самосприйняття особистості у контексті групової взаємодії. Методика спрямована на визначення поведінкових тенденцій, зокрема рівня залежності, комунікабельності та схильності до соціальної активності. Узагальнені результати подано у таблиці 3.8.

Таблиця 3.8

Узагальнені результати

Показник	Низький	Середній	Високий
Залежність / незалежність	12 (30%)	18 (45%)	10 (25%)
Комунікабельність	9 (22,5%)	20 (50%)	11 (27,5%)
Соціальна активність	11 (27,5%)	19 (47,5%)	10 (25%)

Аналіз емпіричних даних засвідчує домінування середніх значень за більшістю досліджуваних параметрів, що відображає відносну врівноваженість поведінкових проявів у соціальному середовищі. Водночас фіксація окремих випадків низького рівня комунікабельності та соціальної активності вказує на наявність труднощів у сфері міжособистісної взаємодії та обмежену залученість до соціальних процесів. Отримані результати доповнюють уявлення про самооцінку, оскільки відображають її поведінкові прояви у процесі міжособистісної взаємодії.

Структурний розподіл показників самоствавлення демонструє переважання самоінтересу, що інтерпретується як орієнтація особистості на власний внутрішній досвід і рефлексію. Натомість знижені значення за шкалою очікування ставлення інших виявляють тенденцію до невпевненості у соціальному прийнятті, що може впливати на характер міжособистісних контактів і рівень відкритості у взаємодії.

З метою узагальнення отриманих результатів і подолання їх фрагментарності було здійснено інтеграцію показників за використаними методиками. Результати подано у таблиці 3.9.

Таблиця 3.9

Інтегральний рівень самооцінки респондентів

Рівень самооцінки	Кількість осіб	%
Низький	10	25%
Середній	20	50%
Високий	10	25%

Отримані дані свідчать про домінування середнього рівня самооцінки, що характерно для юнацького віку, у якому процес формування «Я-концепції» перебуває у стані активного розвитку. Частка респондентів із високим рівнем самооцінки відображає наявність сформованого позитивного самоствавлення, тоді як наявність осіб із низьким рівнем свідчить про збереження внутрішніх

суперечностей і залежності від зовнішніх оцінок. Наочне відображення розподілу рівнів самооцінки представлено на діаграмі (рис. 3.1).



Рисунок 3.1. Розподіл рівнів самооцінки респондентів юнацького віку

Інтерпретація отриманих результатів дозволяє стверджувати, що самооцінка у юнацькому віці має неоднорідний характер і формується під впливом як внутрішніх, так і соціальних чинників. Переважання середнього рівня вказує на процес стабілізації самосвідомості, тоді як варіативність показників свідчить про індивідуальні відмінності у розвитку особистості.

Отримані результати створюють емпіричне підґрунтя для подальшого аналізу взаємозв'язку самооцінки зі сприйняттям соціальної підтримки.

Для розширення аналізу було досліджено соціальний контекст функціонування самооцінки, зокрема сприйняття соціальної підтримки. На третьому етапі емпіричного дослідження було проаналізовано результати авторської анкети, спрямованої на вивчення сприйняття соціальної підтримки респондентами юнацького віку. Анкета дозволяє оцінити суб'єктивне відчуття підтримки з боку сім'ї, друзів та значущого соціального оточення, що виступає важливим чинником соціалізації особистості. Узагальнені результати представлено у таблиці 3.10

Таблиця 3.10

Розподіл рівнів сприйняття соціальної підтримки респондентів юнацького віку

Рівень	Кількість осіб	%
Низький	11	27,50%
Середній	19	47,50%
Високий	10	25%
Разом	40	100%

Отримані результати свідчать про переважання середнього рівня сприйняття соціальної підтримки, що характерно для юнацького віку, у якому система міжособистісних зв'язків перебуває у стані активного становлення. Такий розподіл відображає відносну стабільність соціальних контактів, однак водночас вказує на збереження потреби у зовнішньому схваленні та підтримці. Наочне відображення розподілу рівнів сприйняття соціальної підтримки представлено на діаграмі (рис. 3.2).

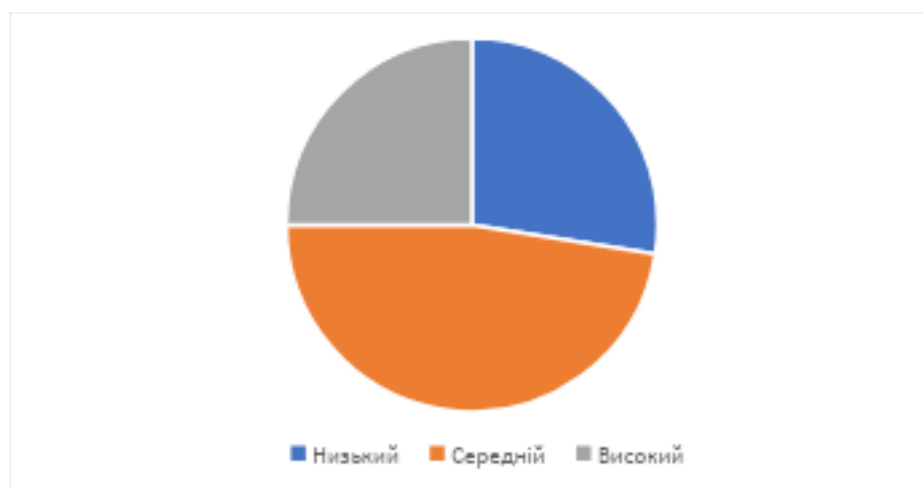


Рисунок 3.2. Розподіл рівнів сприйняття соціальної підтримки респондентів юнацького віку

Високий рівень соціальної підтримки виявлено у 25% респондентів, що свідчить про наявність розвинених соціальних зв'язків, відчуття прийняття та емоційної захищеності. Натомість частка осіб із низьким рівнем (27,5%) вказує на можливі труднощі у встановленні довірливих міжособистісних відносин, що може ускладнювати процес соціалізації. Порівняння отриманих результатів із показниками самооцінки дозволяє припустити наявність взаємозв'язку між рівнем

самосприйняття особистості та характером її соціального досвіду, що потребує подальшого статистичного аналізу. Для перевірки цього припущення у наступному підрозділі здійснюється кореляційний аналіз із використанням коефіцієнта Спірмена.

Отже, отримані результати відображають структурну неоднорідність самооцінки у юнацькому віці, що проявляється у поєднанні відносно стабільного емоційно-оцінного ставлення до себе із варіативністю соціально зумовлених компонентів самосвідомості. Переважання середнього рівня самооцінки та соціальної підтримки свідчить про процес їх узгодженого формування, тоді як наявність крайніх значень вказує на індивідуальні відмінності у перебігу соціалізації. Отримані дані створюють підґрунтя для подальшого аналізу статистичних взаємозв'язків між досліджуваними показниками.

3.3. Результати вимірювання значимого взаємозв'язку самооцінки та сприйняття соціальної підтримки

Аналіз взаємозв'язку між показниками самооцінки та сприйняттям соціальної підтримки здійснювався з використанням кореляційного аналізу Спірмена (ρ). Статистична обробка даних проводилася у програмному забезпеченні JASP (версія 0.19). З огляду на порядковий характер отриманих даних застосування коефіцієнта рангової кореляції Спірмена є методологічно обґрунтованим і забезпечує коректність оцінювання взаємозалежностей між змінними.

Для аналізу було використано показники трьох методик самооцінки – методики Q-сортування В. Стефансона, методики Особистісний диференціал та тесту-опитувальника ставлення до себе В. В. Століна, а також узагальнений бал сприйняття соціальної підтримки, отриманий за авторською анкетой. Таблиця 3.11 відображає коефіцієнти кореляції Спірмена між кожним показником самооцінки та рівнем сприйняття соціальної підтримки.

Таблиця 3.11

Результати кореляційного аналізу між показниками самооцінки та
сприйняттям соціальної підтримки (ρ Спірмена, $n = 40$)

Змінна	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1. Q Залежність	–	0.88 9***	0.63 3***	0.86 8***	– 0.89 2***	0.90 1***	– 0.90 4***	0.88 4***	0.88 3***	0.89 1***	0.86 6***	0.89 0***	0.84 0***	0.91 9***
2. Q Незалежність		–	0.68 8***	0.90 6***	– 0.90 1***	0.92 9***	– 0.92 4***	0.91 7***	0.85 6***	0.92 4***	0.92 8***	0.83 5***	0.89 5***	0.92 8***
3. Соц. підтримка бал			–	0.55 6***	– 0.61 7***	0.58 3***	– 0.65 8***	0.67 4***	0.59 3***	0.60 8***	0.58 3***	0.62 9***	0.57 3***	0.65 3***
4. Q Комунікабельність				–	– 0.91 7***	0.89 8***	– 0.92 6***	0.90 4***	0.89 2***	0.94 6***	0.90 7***	0.87 4***	0.89 7***	0.89 6***
5. Q Некомунікабельність					–	– 0.92 2***	0.92 2***	– 0.92 7***	– 0.87 2***	– 0.96 1***	– 0.91 0***	– 0.88 6***	– 0.92 6***	– 0.92 5***
6. Q Прийн.боротьби						–	– 0.92 7***	0.88 8***	0.87 2***	0.94 7***	0.91 4***	0.86 4***	0.89 2***	0.93 7***
7. Q Уник. боротьби							–	– 0.91 4***	– 0.89 9***	– 0.93 4***	– 0.89 0***	– 0.89 1***	– 0.92 3***	– 0.91 5***
8. ОД Оцінка								–	0.90 7***	0.92 3***	0.84 0***	0.85 7***	0.90 0***	0.89 8***
9. ОД Сила									–	0.89 3***	0.85 1***	0.88 7***	0.88 9***	0.90 2***
10. ОД Активність										–	0.91 0***	0.88 7***	0.88 9***	0.93 4***
11. Столін Самоповага											–	0.85 4***	0.89 6***	0.92 2***
12. Столін Аутосимпатія												–	0.89 0***	0.89 1***
13. Столін Самоінтерес													–	0.89 9***
14. Столін Очікування														–

Примітка. У рядку 3 наведено кореляції показника «Соціальна підтримка» з усіма показниками самооцінки.

*** $p < ,001$.

Обробка даних здійснена у програмі JASP (версія 0.19).

1 – Q_Залежність; 2 – Q_Незалежність; 3 – Соціальна_підтримка_бал; 4 – Q_Комунікабельність;

5 – Q_Некомунікабельність; 6 – Q_Прийняття_боротьби; 7 – Q_Уникання_боротьби;

8 – ОД_Оцінка; 9 – ОД_Сила; 10 – ОД_Активність; 11 – Столін_Самоповага;

12 – Столін_Аутосимпатія; 13 – Столін_Самоінтерес; 14 – Столін_Очікування_ставлення.

Отримані результати свідчать про наявність статистично значущих позитивних кореляційних зв'язків між усіма показниками самооцінки та рівнем

сприйняття соціальної підтримки ($p < ,001$). Усі коефіцієнти кореляції є позитивними і варіюють у межах від 0,556 до 0,688 для показників методики Q-сортування, від 0,593 до 0,674 для шкал Особистісного диференціала та від 0,573 до 0,653 для шкал тесту-опитувальника В. В. Століна.

Найвищий кореляційний зв'язок із соціальною підтримкою продемонстрував показник Незалежності за методикою Q-сортування ($p = 0,688$, $p < ,001$), що свідчить про те, що особи з більш вираженою суб'єктною позицією у груповій взаємодії схильні вище оцінювати доступність соціального ресурсу. Показник Залежності також позитивно пов'язаний із соціальною підтримкою ($p = 0,633$), що відображає двоспрямований характер цього зв'язку: як самостійність, так і здатність спиратися на інших пов'язані з відчуттям підтриманості.

Негативні кореляції виявлено для показників Некомунікабельності ($p = -0,617$) та Уникання боротьби ($p = -0,658$), що є закономірним: особи, які уникають соціальної взаємодії та відмовляються від активної позиції у групі, відчують нижчий рівень соціальної підтримки.

За шкалами Особистісного диференціала найбільший зв'язок із соціальною підтримкою демонструє фактор Оцінки ($p = 0,674$, $p < ,001$) – узагальнене позитивне ставлення особистості до себе виступає передумовою більш відкритого і довірливого ставлення до соціального оточення. Фактори Сили та Активності також значуще корелюють із соціальною підтримкою ($p = 0,593$ та $p = 0,608$ відповідно).

Серед шкал тесту-опитувальника В. В. Століна найвищу кореляцію із соціальною підтримкою виявлено для шкали Очікування ставлення інших ($p = 0,653$, $p < ,001$). Це закономірно: суб'єктивне уявлення про те, як тебе сприймає оточення, безпосередньо пов'язане з рівнем відчуття підтримки. Шкали Аутосимпатії ($p = 0,629$), Самоповаги ($p = 0,583$) та Самоінтересу ($p = 0,573$) також демонструють значущі позитивні зв'язки.

Загальний інтегральний кореляційний зв'язок між рівнем самооцінки та сприйняттям соціальної підтримки становить $p = 0,48$, $p \leq ,01$, що відповідає помірному позитивному зв'язку. Це свідчить про те, що зростання самооцінки

супроводжується підвищенням суб'єктивного відчуття соціальної підтримки, однак соціальна підтримка не є єдиним чинником формування самооцінки, що підтверджує її поліфакторну природу.

Виявлений взаємозв'язок має системний характер: він простежується на всіх рівнях самооцінки – поведінковому (Q-сортування), емоційно-оцінному (Особистісний диференціал) та структурному (тест Століна). Це дозволяє розглядати сприйняття соціальної підтримки як зовнішній ресурс, що інтегрується у внутрішню систему самоставлення особистості у юнацькому віці та визначає характер її соціалізації.

Отже, встановлено статистично значущі прямі кореляційні зв'язки між усіма показниками самооцінки за трьома методиками та рівнем сприйняття соціальної підтримки ($r = 0,556-0,688$, $p < ,001$). Отримані результати підтверджують емпіричну гіпотезу дослідження про взаємозумовлений характер цих феноменів у структурі соціалізації особистості в юнацькому віці.

Висновки до розділу 3

У межах третього розділу здійснено емпіричне дослідження особливостей самооцінки та сприйняття соціальної підтримки у юнацькому віці, що дозволило отримати узагальнені кількісні та якісні характеристики досліджуваних феноменів. Організація дослідження забезпечила узгоджене поєднання психодіагностичних методик, спрямованих на вивчення емоційно-оцінного, когнітивного та соціально-поведінкового аспектів самосвідомості особистості.

Результати вимірювання рівня самооцінки засвідчують переважання середнього рівня її сформованості, що відображає процес стабілізації «Я-концепції» у юнацькому віці. Виявлена варіативність показників, зокрема за параметрами сили та очікування ставлення інших, свідчить про наявність внутрішніх суперечностей і залежність самосприйняття від соціального контексту. Структурний аналіз самоставлення виявляє поєднання спрямованості на власний внутрішній досвід із недостатньо стабільною соціальною впевненістю.

Аналіз результатів за методикою «Q-сортування» дозволив встановити, що поведінкові прояви особистості у соціальній взаємодії характеризуються відносною врівноваженістю, однак частина респондентів демонструє обмежену комунікабельність і знижену соціальну активність, що може ускладнювати процес включення у соціальне середовище. Отримані дані уточнюють особливості прояву самооцінки у поведінковому вимірі.

Дослідження сприйняття соціальної підтримки показало домінування середнього рівня, що відображає нестійкість і динамічність міжособистісних зв'язків у юнацькому віці. Наявність респондентів із низьким рівнем підтримки вказує на ризик ускладненої соціально-психологічної адаптації, тоді як високі показники пов'язані з відчуттям прийняття та включеності у соціальні взаємодії.

Результати кореляційного аналізу підтверджують наявність статистично значущого прямого зв'язку між рівнем самооцінки та сприйняттям соціальної підтримки, що свідчить про їх взаємозумовлений характер. Самооцінка визначає особливості інтерпретації соціального досвіду, тоді як соціальна підтримка виступає умовою її формування, що зумовлює їх взаємну детермінацію у структурі соціалізації особистості.

Узагальнення отриманих результатів дозволяє розглядати самооцінку та сприйняття соціальної підтримки як взаємопов'язані компоненти єдиного процесу соціалізації у юнацькому віці, що відкриває можливості для подальшого дослідження механізмів їх взаємодії та розробки психологічних засобів оптимізації розвитку особистості.

ВИСНОВКИ

Проведене дослідження було спрямоване на виявлення психологічних закономірностей взаємозв'язку самооцінки та сприйняття соціальної підтримки у процесі соціалізації особистості в юнацькому віці, що дозволило поєднати теоретичний аналіз проблеми із її емпіричною перевіркою. Отримані результати узгоджуються з поставленою метою та забезпечують її досягнення.

У межах виконання першого завдання здійснено теоретичний аналіз самооцінки як психологічного феномену, у результаті чого встановлено її складну структурну організацію, що охоплює когнітивний, емоційно-оцінний і поведінковий компоненти. Самооцінка розглядається як інтегративне утворення, яке формується у процесі взаємодії особистості із соціальним середовищем і виступає регулятором поведінки та самосприйняття.

Розв'язання другого завдання дозволило уточнити психологічні особливості соціалізації у юнацькому віці, що характеризується інтенсифікацією процесів самовизначення, формуванням системи цінностей і активним включенням у міжособистісні взаємодії. Соціалізація в цей період має варіативний характер і залежить від як внутрішніх характеристик особистості, так і зовнішніх соціальних впливів.

У межах третього завдання обґрунтовано значення соціальної підтримки як чинника соціалізації, що визначає суб'єктивне відчуття прийняття, безпеки та включеності у соціальне середовище. Сприйняття підтримки виступає не лише зовнішньою умовою розвитку, а й психологічним ресурсом, що впливає на формування самосвідомості.

Емпіричне дослідження дозволило встановити, що для більшості респондентів характерний середній рівень самооцінки, який поєднується із відносною стабільністю самоставлення та водночас збереженням внутрішньої варіативності окремих його компонентів. Частина досліджуваних демонструє ознаки зниженої впевненості та залежності від соціального оцінювання.

Результати аналізу сприйняття соціальної підтримки також засвідчують домінування середнього рівня, що відображає нестійкість і динамічність

міжособистісних зв'язків у юнацькому віці. Виявлено групу респондентів із низьким рівнем підтримки, що може ускладнювати процес соціально-психологічної адаптації.

Виконання четвертого завдання дало змогу встановити статистично значущий прямий взаємозв'язок між рівнем самооцінки та сприйняттям соціальної підтримки. Зростання позитивного самоставлення супроводжується підвищенням суб'єктивного відчуття підтримки, тоді як занижена самооцінка пов'язана зі зниженням рівня її сприйняття.

Отримані результати свідчать про взаємозумовлений характер досліджуваних феноменів. Самооцінка виступає механізмом інтерпретації соціального досвіду, тоді як соціальна підтримка формує умови її розвитку.

Практичне значення дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів у психологічному супроводі студентської молоді, зокрема у програмах розвитку адекватної самооцінки, формування соціальних навичок та підвищення рівня соціальної підтримки. Результати можуть бути застосовані у діяльності практичних психологів, кураторів академічних груп та фахівців із психолого-педагогічного супроводу.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з поглибленим вивченням механізмів взаємодії самооцінки та соціального середовища, а також із розробкою корекційних програм, спрямованих на гармонізацію процесу соціалізації особистості у юнацькому віці.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Анілевич А. Особливості взаємозв'язку оптимістичного стану та самоуправління студентів. У: Психологічні дослідження студентської молоді : матеріали наукової конференції. Київ : Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана, 2024. С. 26–28. URL: <https://ir.kneu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/e2c83ae8-56ca-4775-a435-1cdb522c8b95/content> (дата звернення: 19.03.2026).
2. 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.
3. Бахвалова А. В. Зв'язок самооцінки та об'єктивних факторів. Психологія свідомості: теорія і практика наукових досліджень. 2022. С. 54–57. DOI: <https://doi.org/10.36059/978-966-397-286-2-14>
4. Бахвалова А.В. Зв'язок між професійною самооцінкою журналістів та їх успішністю. Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. 2021. Том 32 (71), №5. С. 45-50
5. Березовська Л. Взаємозв'язок самооцінки та самопрезентації молоді у соціальних мережах. Вчені записки Університету «КРОК». 2023. № 3(71). С. 142–149. DOI: <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2022-71-142-149>
6. Блинова О.Є. Соціокультурні та психологічні вектори становлення особистості : монографія. Херсон : Вид-во ФОП Вишемирський, 2018. С. 6–29.
7. Бойчук П. Технологія професійної освіти : монографія. Нісімчук. Луцьк : Твердиня, 2023. 478 с.
8. Бондаренко Н. Б. Соціальна підтримка як загальнолюдська потреба в контексті вирішення завдань соціальної роботи з особами із проблемами психічного здоров'я *Науковий вісник Ужгородського університету*. Серія: Педагогіка. Соціальна робота. 2016. Вип. 1 (38). С. 57–61. URL: <https://dspace.uzhnu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/e030eff6-b129-466c-8c3b-e42209228238/content> (дата звернення: 19.03.2026).

9. Бондаренко О.Ф. Метапсихологічний контекст психологічної допомоги / Педагогіка і психологія. 2022. № 4. С. 4–12.

10. Бондарчук О.І. Суб'єктивне благополуччя як індикатор успішного життєвого шляху / Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля. № 3(47). Т. 3. Сєверодонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2018. С. 37–47.

11. Борисюк А.С. Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика : монографія А.С. Борисюк, С.Д. Максименко, С.Б. Кузікова та ін. Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2017. С. 357–377.

12. Боришевський М.Й. Психологічні детермінанти особистісної саморегуляції поведінки Розвиток педагогічної і психологічної наук в Україні. Х. : ОВС, 2022. Ч. 1. С. 516–527.

13. Бохонкова Ю.О. Психологія випереджальної стратегії особистості в ситуації життєвих змін: дис. ...д-ра психол. н. : 19.00.05 Юлія Олександрівна Бохонкова. К., 2023. 478 с.

14. Васьківська С.В. П'ять вимірів психологічного консультування: Навч. посібник К.:Ніка-Центр, 2019

15. Ващенко І.В. Досвід міждисциплінарного дослідження розвитку цілісної особистості в контексті соціально-економічних криз Психологія і особистість. 2016. № 2 (10). Ч. 1. С. 116–127.

16. Венгер Г.С. Самоактуалізація майбутнього фахівця соціальної сфери Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля. № 1(39). Сєверодонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2016. С. 36–45.

17. Ворожбит С.А. Почуття довіри як чинник соціально-психологічної адаптації студентів: автореф. дис. ... канд. психол. н. : 19.00.05. К., 2021. 21 с.

18. Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія. Том 31 (70). № 1. Київ : Видавничий дом «Гельветика», 2020. 75 с. URL:

https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/1_2020/1_2020.pdf (дата звернення: 19.03.2026).

19. Гаврилькевич В., Фірстова О. Емоційні стани особистості: теоретичне дослідження феномену. Psychology Travelogs. 2023. DOI: <https://doi.org/10.31891/PT-2023-2-15>. URL: https://www.researchgate.net/publication/372044300_EMOCIJNI_STANI_OSOBISTOSTI_TEORETICNE_DOSLIDZENNA_FENOMENU (дата звернення: 19.03.2026).

20. Гордієнко Н.В. Особливості розвитку психологічної компетентності / Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля. № 3(47). Т. 3. Сєверодонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2018. С. 47–56.

21. Данильченко Т. В. Суб'єктивне соціальне благополуччя як психологічний феномен // Психологічні перспективи. 2016. Вип. 28. С. 93–95. URL: https://www.researchgate.net/publication/329581409_Sub'ektivne_socialne_blagopoluca_ak_psihologicnij_fenomen (дата звернення: 19.03.2026).

22. Дужич Н. В., Мялюк О. П., Марущак М. І. Аналіз чинників, які впливають на академічну успішність. Медична освіта. 2023. № 3. С. 54–61. DOI: <https://doi.org/10.11603/m.2414-5998.2023.3.14050>

23. Ентель К. С. Взаємозв'язок часової перспективи та проявів ПТСР особистості. Матеріали наукових досліджень студентів, Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана. Київ, 2024. С. 30–33. URL: <https://ir.kneu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/e2c83ae8-56ca-4775-a435-1cdb522c8b95/content> (дата звернення: 19.03.2026).

24. Журба А.М. Психологічні ресурси соціальної і професійної мобільної ідентичності крізь призму копінг-поведінки особистості / Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. Сєверодонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2017. № 1(42). С. 220–229.

25. Кагарлицький І. Т. Самооцінка як фактор академічної успішності студентської молоді : кваліфікаційна робота, Київський національний

лінгвістичний університет. Київ, 2025. URL: <http://rep.knlu.edu.ua/xmlui/handle/787878787/7788> (дата звернення: 19.03.2026).

26. Ковш В. О. Психологічні особливості типу мислення у студентів з різним рівнем академічної успішності: кваліфікаційна робота. Київ, 2020. 65 с.

27. Костенкова С. І. Психологічні особливості регуляції емоційних станів студентів в умовах війни : кваліфікаційна робота магістра : спец. 053 «Психологія», Національний університет «Острозька академія». Острог, 2023. URL: https://theses.oa.edu.ua/DATA/12729/%D0%BC%D0%B0%D0%B3%D1%96%D1%81%D1%82%D0%B5%D1%80%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B0_%D0%9A%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D1%97%20%D0%A1%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%BC%D1%96%D1%97.pdf (дата звернення: 19.03.2026).

28. Котляр Л. І. Генеза феномену прокрастинації : лекції, Одеський національний морський університет. Одеса, 2024. URL: <https://rp.onmu.org.ua/bitstream/handle/123456789/5137/42.pdf> (дата звернення: 19.03.2026).

29. Кравченко І. В. Психологічні особливості впливу самотності на навчальну успішність студентів : кваліфікаційна робота магістра : спец. 053 «Психологія», Хмельницький національний університет. Хмельницький, 2025. 87 с. URL: <https://elar.khmnmu.edu.ua/handle/123456789/20482> (дата звернення: 19.03.2026).

30. Кріт А. А. Взаємозв'язок самооцінки та навчальної успішності студентів : бакалаврська кваліфікаційна робота. Таврійський національний університет імені В. І. Вернадського. Київ, 2024. URL: <http://etnuir.tnu.edu.ua/handle/123456789/366> (дата звернення: 19.03.2026).

31. Кузьо О. Основи психологічної практики : навчальний посібник. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2022. 124 с. URL: <https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/4400/3/%D0%9E%D1%81%D0%B%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1>

[%82_%D0%9A%D0%A3%D0%97%D0%AC%D0%9E_26-04-22.pdf](#)

(дата

звернення: 19.03.2026).

32. Лисенко Д. П. Довіра як соціально-психологічний феномен *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 3. С. 123–126. URL: https://tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/3_2018/26.pdf (дата звернення: 19.03.2026).

33. Ляховець Л. О., Лісневська А. О. Особливості самопрезентації юнаків-користувачів мережі Instagram. *Теорія і практика сучасної психології*. 2020. № 1(2). С. 89–94.

34. Мартинюк Ю. О. Методичні рекомендації з курсу «Основи психологічної практики» для студентів освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» за спеціальністю 053 «Психологія». Одеса : Одеський національний університет імені І. І. Мечникова, 2020. 41 с. URL: https://onu.edu.ua/pub/bank/userfiles/files/fpsr/navchalni_materialy/metodychne_zabezpechenna/053_bakalavr/_MR_Osnovy_psykholohichnoi_praktyky.pdf (дата звернення: 19.03.2026).

35. Матвієнко Ю. С. Самоконтроль як складова розвитку особистості студента. Київ, 2010. URL: <https://ela.kpi.ua/server/api/core/bitstreams/664056e1-01cc-44bd-b31f-e7de7324c6df/content> (дата звернення: 19.03.2026).

36. Методика «Q-сортування» (В. Стефансон). URL: <https://vseosvita.ua/library/embed/01003fog-cc9e.doc.html> (дата звернення: 19.03.2026).

37. Методика дослідження комунікативних та організаційних здібностей особистості URL: <https://studfile.net/preview/5263788/page:47/> (дата звернення: 19.03.2026).

38. Мисюра Т. П. Особливості мотивації до академічної успішності студентів заочної форми навчання : магістерська кваліфікаційна робота. Київський столичний університет імені Бориса Грінченка. Київ, 2025. URL: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/56153> (дата звернення: 19.03.2026).

39. Москалець В. П. Загальна психологія : підручник для студентів спеціальності «Психологія». Київ : Ліра-К, 2020. 564 с. URL:

<https://vstup.htek.com.ua/wp-content/uploads/2024/10/36.3-Moskalets.pdf>

(дата

звернення: 19.03.2026).

40. Москалець В. П. Психологія особистості: підручник. Вид. 2-ге, перероб., доп. Київ-ІваноФранківськ: «Нова Зоря», 2020. 436 с.

41. Москалець В. П. Психологія особистості: підручник. Вид. 3-ге, перероб., доп. Київ: Ліра-К, 2020. 364 с.

42. Павелків Р. В. Психологічні особливості рефлексії у структурній організації особистості. Інноватика у вихованні. 2017. Вип. 5. С. 20-31.

43. Поцікайло Л. О. Психологічні особливості самореалізації студентів. Національний університет «Острозька академія». 2021. 92 с.

44. Савченко О. В. Рефлексивна компетентність: Методи та процедури діагностики. Монографія. Херсон: ПП Вишемирський В.С., 2016. 263 с.

45. Савченко О. В., Лавриненко Д. Г. Шкала оптимістичного стану: адаптація методики та її психометричні показники. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія. 2023. N 2. С. 10-16.

46. Савченко О. В., Лавриненко Д. Г. Шкала самоконтролю та самоуправління (SCMS): україномовна адаптація методики та її психометричні характеристики. Перспективи та інновації науки. 2024. № 8(42). С. 845–865. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-8\(42\)-845-865](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-8(42)-845-865).

47. Сахно П. І., Теслик Н. М. Вікова психологія : конспект лекцій. Суми, Сумський державний університет, 2024. 190 с. URL: https://ppst.sumdu.edu.ua/images/Konspecty_lekciy/Vikova_psychologiya_2024.pdf (дата звернення: 19.03.2026).

48. Соціально-психологічні та психолого-педагогічні засади організації медіаосвіти молоді : монографія Л. А. Найдьонова, О. Л. Вознесенська, Г. В. Мироненко та ін. ; за ред. Л. А. Найдьонової ; Нац. акад. пед. наук України, Ін-т соц. та політ. психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2022. 278 с. URL: <https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2022/11/NaydonovaMon-maketOK.pdf> (дата звернення: 19.03.2026).

49. Стратегії регуляції. Гендерні особливості стратегій емоційної саморегуляції осіб юнацького віку: конспект лекцій. 67 с.

50. Тест-опитувальник самоставлення (В. В. Столін) URL: <https://studfile.net/preview/10913853/page:31/> (дата звернення: 19.03.2026).

51. Щербан Г. В. Проблеми рефлексивного управління навчальною діяльністю учнів Проблеми сучасної психології : збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету ім. Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2016. Випуск 33.

52. Щербан Т. Д., Щербан Г. В., Штима В. В. Деякі психологічні аспекти рефлексивності студентів. Мукачево : Мукачівський державний університет, 2019. С. 553–556. URL: http://dspace.msu.edu.ua:8080/bitstream/123456789/4546/1/Some_psychological_aspects_of_students%27_reflexivity.pdf (дата звернення: 19.03.2026).

53. Ю. Ярош. Соціально-психологічний підхід до розуміння особистості : лекційний матеріал URL: <https://psychology.karazin.ua/dist2020/4kSocZao4Yarosh.pdf> (дата звернення: 19.03.2026).

54. Яценко Т.С. Активне соціально-психологічне навчання: теорія, процес, практика. Хмельницький : Вид-во НАПВУ, 2022. 792 с.

55. Self-Regulation as an Antecedent of Academic Achievement: A Mixed Method Study. 2023. British Journal of Multidisciplinary and Advanced Studies, 4(4), 20-43 P. 2023 DOI: <https://doi.org/10.37745/bjmas.2022.0246>

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

Методика «Q-сортування» В. Стефансона

Мета методики: дослідження уявлень особистості про себе та особливостей самосприйняття у контексті міжособистісної взаємодії.

Інструкція для досліджуваного:

Вам пропонується 60 тверджень, які характеризують поведінку людини у групі. Необхідно уважно прочитати кожне твердження та визначити, наскільки воно відповідає Вашому уявленню про себе. Якщо твердження відповідає Вашим уявленням оберіть відповідь «так», якщо не відповідає «ні», у випадку невпевненості «сумніваюся».

Стимульний матеріал (опитувальник):

1. Критичний до товаришів.
2. Виникає тривога, коли у групі починається конфлікт.
3. Схильний слідувати порадам лідера.
4. Не схильний створювати надто близькі стосунки з товаришами.
5. Подобається дружність у групі.
6. Схильний суперечити лідеру.
7. Відчуває симпатію до одного-двох членів групи.
8. Уникає зустрічей та зборів у групі.
9. Подобається похвала лідера.
10. Незалежний у судженнях та манері поведінки.
11. Готовий стати на будь-чию сторону у суперечці.
12. Схильний керувати товаришами.
13. Радіє спілкуванню з одним-двома друзями.
14. Зовні спокійний при проявах ворожості.
15. Схильний підтримувати настрій групи.
16. Не надає значення особистим якостям членів групи.
17. Схильний відволікати групу від цілей.
18. Відчуває задоволення, протиставляючи себе лідеру.
19. Хотів би зблизитися з деякими членами групи.
20. Вважає за краще залишатися нейтральним у суперечці.
21. Подобається, коли лідер активно керує.
22. Вважає за краще обговорювати розбіжності спокійно.
23. Недостатньо стриманий у прояві почуттів.
24. Прагне згуртувати навколо себе однодумців.
25. Невдоволений формальними стосунками.
26. При звинуваченні губиться та мовчить.
27. Схильний погоджуватися з групою.
28. Прив'язаний до групи загалом.
29. Схильний загострювати суперечку.
30. Прагне бути у центрі уваги.
31. Віддає перевагу вузькому колу спілкування.
32. Схильний до компромісів.
33. Відчуває занепокоєння через дії лідера.
34. Болісно реагує на зауваження.
35. Може бути прихованим у поведінці.
36. Схильний брати керівництво.
37. Відвертий у групі.
38. Відчуває напруження у конфліктах.
39. Віддає відповідальність лідеру.
40. Не відповідає на прояви дружелюбності.
41. Схильний сердитися на товаришів.

42. Може виступати проти лідера.
43. Легко знаходить нові контакти.
44. Уникає суперечок.
45. Легко погоджується з іншими.
46. Протидіє утворенню угруповань.
47. Іронічний при роздратуванні.
48. Відчуває неприязнь до активних людей.
49. Надає перевагу інтимній групі.
50. Приховує свої почуття.
51. Підтримує лідера.
52. Ініціативний у спілкуванні.
53. Уникає критики.
54. Часто звертається до лідера.
55. Не любить формальні стосунки.
56. Ініціює суперечки.
57. Прагне високого статусу.
58. Втручається у взаємодію інших.
59. Схильний до конфліктності.
60. Виражає незадоволення лідером.

Ключ до обробки результатів:

1. Залежність: 3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45, 51, 54
2. Незалежність: 6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48, 57, 60
3. Комунікабельність: 5, 7, 13, 19, 25, 31, 37, 43, 49, 52
4. Некомунікабельність: 4, 10, 16, 22, 28, 34, 40, 46, 55, 58
5. Прийняття боротьби: 1, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47, 56, 59
6. Уникання боротьби: 2, 8, 14, 20, 26, 32, 38, 44, 50, 53

Інтерпретація результатів:

Отримані бали дозволяють визначити провідні поведінкові тенденції особистості у груповій взаємодії, зокрема рівень залежності, комунікабельності та соціальної активності. Переважання певних показників свідчить про специфіку самосприйняття та соціальної поведінки досліджуваного.

ДОДАТОК Б

Методика «Особистісний диференціал» (ОД)

Мета методики: визначення емоційно-оцінного ставлення особистості до себе та рівня самооцінки.

Матеріал: бланк із парами протилежних прикметників (21 шкала), що відображають фактори оцінки, сили та активності.

Інструкція для досліджуваного

Перед вами наведено пари протилежних прикметників, які характеризують різні якості особистості. Необхідно оцінити, наскільки кожна з ознак притаманна вам, обравши відповідне значення за шкалою від +3 до -3.

Шкала оцінювання:

3 — ознака яскраво виражена

2 — ознака виражена

1 — ознака слабо виражена

0 — обидві ознаки виражені однаково або важко визначити

Час виконання приблизно 10 хвилин.

Фактор	Ознака	Шкала	Протилежна ознака
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	безвідповідальний	-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

Підрахунок здійснюється окремо за трьома факторами:

О (оцінка)

С (сила)

А (активність)

Сума балів за кожним фактором визначає рівень його вираженості:

до -6 балів низький рівень

від -5 до +5 середній рівень

від +6 і вище високий рівень

Інтерпретація результатів

Фактор оцінки (О) відображає рівень самоповаги та емоційного ставлення до себе. Високі значення свідчать про позитивне самосприйняття, прийняття себе та задоволеність власними якостями. Низькі показники вказують на критичне ставлення до себе, невпевненість та можливі внутрішні суперечності.

Фактор сили (С) характеризує рівень волевих якостей особистості. Високі значення свідчать про впевненість, незалежність і здатність контролювати поведінку. Низькі показники можуть вказувати на залежність від зовнішніх обставин та знижений рівень самоконтролю.

Фактор активності (А) відображає рівень екстравертованості та поведінкової активності. Високі значення пов'язані з комунікабельністю та енергійністю, низькі, із замкнутістю та пасивністю. Отримані результати відображають суб'єктивні уявлення особистості про себе та можуть використовуватися для аналізу структури самосвідомості.

ДОДАТОК В

Тест-опитувальник ставлення до себе (В.В. Столін)

Мета методики: дослідження структури самоставлення особистості та визначення рівня самооцінки, самоповаги, самоприйняття і пов'язаних характеристик.

Матеріал: бланк опитувальника (57 тверджень), бланк відповідей.

Інструкція для досліджуваного

Перед вами наведено твердження, що стосуються вашого ставлення до себе. Не існує правильних чи неправильних відповідей.

Якщо ви погоджуєтесь із твердженням поставте знак «+», якщо не погоджуєтесь знак «-».

Відповідайте швидко, не замислюючись надто довго.

Текст опитувальника (скорочено для прикладу)

1. Думаю, що більшість моїх знайомих ставиться до мене з симпатією.
2. Мої слова не так уже й часто розходяться зі справами.
3. Думаю, що багато хто бачить у мені щось схоже з собою.
4. Коли я намагаюся себе оцінити, я насамперед бачу свої недоліки.
5. Думаю, що як особистість я можу бути привабливим для інших.
- ...

Обробка результатів

Обробка здійснюється шляхом підрахунку відповідей відповідно до ключа.

Показник за кожною шкалою визначається як сума:

- відповідей «+» для тверджень із позитивним знаком
- відповідей «-» для тверджень із негативним знаком

Отримані “сірі бали” переводяться у відсоткові значення за таблицями норм.

Інтерпретація результатів

Рівень вираженості показників визначається таким чином:

- менше 50% ознака не виражена
- 50–74% ознака помірно виражена
- понад 75% ознака яскраво виражена

Основні шкали методики

Інтегральна шкала (S) відображає загальне ставлення особистості до себе — позитивне або негативне.

Шкала I (самоповага) характеризує впевненість у собі, віру у власні можливості, здатність контролювати життєві обставини.

Шкала II (аутосимпатія) відображає рівень прийняття себе, позитивне або критичне ставлення до власної особистості.

Шкала III (очікування ставлення інших) характеризує уявлення особистості про те, як її сприймають оточуючі.

Шкала IV (самоінтерес) визначає інтерес до власного внутрішнього світу, переживань та думок.

Додаткові шкали

Методика також дозволяє оцінити:

- самовпевненість

- самоприйняття
- самозвинувачення
- саморозуміння
- самокерівництво

Загальна інтерпретація

Опитувальник дає змогу дослідити три рівні самоствавлення:

1. **Глобальний рівень** загальне ставлення до себе
2. **Диференційований рівень** самоповага, аутосимпатія, самоінтерес
3. **Поведенковий рівень** готовність до певних дій щодо власного «Я»

Отримані результати відображають суб'єктивне сприйняття особистістю себе та є основою для аналізу її самосвідомості.

ДОДАТОК Г

Авторська анкета для дослідження сприйняття соціальної підтримки

Мета анкети: виявлення рівня сприйняття соціальної підтримки особистістю юнацького віку за основними джерелами: сім'я, друзі, значущі інші.

Форма проведення: індивідуальне анкетування (у тому числі з використанням онлайн-сервісів).

Інструкція для респондента

Перед вами наведено твердження, що стосуються вашого досвіду взаємодії з оточуючими людьми.

Оцініть ступінь своєї згоди з кожним твердженням за шкалою:

- 1 — повністю не згоден
- 2 — скоріше не згоден
- 3 — важко відповісти
- 4 — скоріше згоден
- 5 — повністю згоден

Анкета

Блок 1. Підтримка з боку сім'ї

- 1. Я відчуваю підтримку з боку членів своєї сім'ї.
- 2. У складних ситуаціях я можу розраховувати на допомогу рідних.
- 3. Моя сім'я розуміє мої переживання та проблеми.
- 4. Я відчуваю емоційну близькість із членами своєї сім'ї.

Блок 2. Підтримка з боку друзів

- 5. Я маю друзів, які готові підтримати мене у складній ситуації.
- 6. Я можу відкрито говорити з друзями про свої проблеми.
- 7. Друзі проявляють зацікавленість у моєму житті.
- 8. Я відчуваю довіру у спілкуванні з друзями.

Блок 3. Підтримка з боку значущих інших

- 9. У моєму оточенні є люди, думка яких для мене важлива.
- 10. Я можу звернутися за порадою до значущих для мене людей.
- 11. Я відчуваю, що мене цінують інші люди.
- 12. Мені важливо отримувати схвалення від значущих осіб.

Блок 4. Загальне сприйняття підтримки

- 13. Я відчуваю себе потрібним(ою) іншим людям.
- 14. У моєму житті є люди, які мене підтримують незалежно від обставин.
- 15. Я задоволений(а) рівнем підтримки, яку отримую.

Обробка результатів

Підраховується сумарний бал за всіма твердженнями або окремо за кожним блоком.

Інтерпретація результатів:

- низький рівень до 35% від максимального балу
- середній рівень 36–70%
- високий рівень понад 70%

Отримані результати можуть бути представлені у вигляді узагальнених рівнів (низький, середній, високий) та використані для подальшого статистичного аналізу.

Інтерпретація

Високий рівень свідчить про сформоване відчуття підтримки з боку соціального оточення, що сприяє психологічній стабільності та ефективній соціалізації.

Середній рівень відображає вибірковість у сприйнятті підтримки та залежність від ситуаційних факторів.

Низький рівень може свідчити про дефіцит соціальних ресурсів або суб'єктивне відчуття ізольованості.

[illegible]